SERGE BOUTBOUL

COMMENT PERCEVOIR ET AGIR SUR LES MONDES SUBTILS QUI NOUS ENTOURENT

EDITIONS EXERGUE

COMMENT PERCEVOIR ET AGIR SUR LES MONDES SUBTILS QUI NOUS ENTOURENT

Du même Auteur chez le même éditeur :

• **Développez vos facultés psychiques et spirituelles**

© Exergue, 2011
ISBN : 978-2-36188-025-5

ILLUSTRATION
Couverture : François Schlesser
Intérieur : Laëtitia Borniche

Tous droit de reproduction, traduction ou adaptation,
réservés pour tous pays.

info@guytredaniel.fr

www.tredaniel-courrier.com

Serge Boutboul

COMMENT PERCEVOIR ET AGIR SUR LES MONDES SUBTILS QUI NOUS ENTOURENT

Editions Exergue
29, rue de Condé
75006 Paris

Remerciements

À Raymond Réant qui a été pour moi un éveilleur et qui me permet de l'être à mon tour.

À Thérèse, Valérie et à tous mes élèves et amis et qui m'ont aidé et soutenu.

À ma famille pour son aide et sa bienveillance.

Ce livre est dédié à tous les chercheurs authentiques qui avancent sur le chemin de la lumière et de la vérité.

Sommaire

INTRODUCTION 7

PARTIE 1 - AFFINER NOS RESSENTIS POUR PERCEVOIR
LES MONDES SUBTILS QUI NOUS ENTOURENT 11

Comment ressentir avec nos mains physiques,
notre corps et nos chakras ? 13
Ressentir avec nos mains astrales et agir à distance ? 25
Comment aider les autres à distance 43

PARTIE 2 - QUELLES SONT LES CHARGES NÉGATIVES
QUI NOUS ENCOMBRENT 55

Les projections de pensées provenant de personnes négatives 63
Les charges négatives provenant de notre vécu 67
Les parasitages provenant des plans subtils 77

PARTIE 3 - COMMENT NOUS LIBÉRER
DE NOS CHARGES NÉGATIVES ? 83

Comment prendre conscience de ces charges ? 85
Comment nettoyer les projections de pensées négatives ? 91
Comment libérer nos chakras de leurs charges négatives ? 113
Comment libérer nos corps subtils de leurs charges négatives ? 137
Comment parer aux différents parasitages des plans subtils ? 151
Comment nous libérer des pièges du mental négatif ? 175
A quelle fréquence devons-nous
effectuer nos nettoyages subtils ? 179
Comment réduire nos parts d'ombre 181

PARTIE 4 - SE RELIER À LA "LUMIÈRE" ET Y RESTER 189
Comment se connecter à la "Lumière " ? 191
Quelles sont les erreurs à éviter pour rester dans la "Lumière" ?.... 215
Comment discerner si nous sommes bien
sur notre chemin spirituel ? 223
Comment discerner si les messages reçus
proviennent d'êtres de lumière ? 237

PARTIE 5 - COMMENT DÉPLOYER NOS FACULTÉS PSYCHIQUES
ET SPIRITUELLES DANS NOTRE VIE ? 243
Ces facultés qui nous informent 245
Comment intégrer l'intuition dans notre vie ? 255
Comment percevoir la réalité subtile par clairvoyance ? 267
Comment percevoir la réalité subtile par clairaudience ? 279
Comment déplacer notre conscience
dans nos chakras supérieurs ? 285
Comment voyager avec notre corps causal pour accéder à d'autres
niveaux d'information ? 287

FICHES TECHNIQUES 297

CONCLUSION 325

BIBLIOGRAPHIE 329

Introduction

"Ce que je vous demande, c'est d'ouvrir votre esprit, non de croire."

KRISHNAMURTI

"Ne croyez pas, expérimentez ! Ce n'est pas la croyance qui vous fera évoluer, c'est l'expérimentation."

PIERRE LASALLE

"Au très fond de l'homme gisent des pouvoirs endormis, pouvoirs qui l'étonneraient fort, s'il avait jamais rêvé de les posséder un jour ; des forces qui révolutionneraient sa vie s'il les mettait au travail."

ORISON SWEET MARDEN

Si nous avons pris conscience de la réalité spirituelle des choses et que nous désirons passer à un autre niveau, il nous faut déployer dans notre quotidien ces potentiels psychiques et spirituels que nous possédons.

Ces potentiels sont nos propres facultés psychiques et spirituelles latentes, qu'il s'agisse d'intuition, de clairvoyance, de clairaudience, de sortie astrale, de ressentis de près ou à distance ou d'autres facultés encore ; il est nécessaire de nous en servir et de les adapter à notre vie.

Ces facultés nous permettent d'aider ceux qui nous entourent et nous guident dans nos choix de vie. Elles nous avertissent en cas de danger éventuel et nous font prendre conscience des charges subtiles que nous portons. Elles nous permettent de nous en libérer, d'augmenter notre flux énergétique et d'élever notre fréquence vibratoire.

Grâce à ces nouveaux potentiels, nous dépasserons les limites de ce qui nous était antérieurement possible et nous améliorerons ou transformerons des situations qui semblaient figées jusqu'à présent.

Nous pourrons ainsi agir, de près ou à distance, avec ou au-delà de notre corps physique.

Nous apprendrons dans ce livre à appréhender de manière progressive et pratique l'ouverture et l'utilisation de ces facultés latentes pour que la réalité subtile nous devienne perceptible.

En les utilisant nous percevrons une réalité nouvelle plus belle, plus profonde et plus vaste que celle dont nous avons habituellement conscience. Nous entrerons ainsi dans une perception des choses riches de potentiels et de surprises, où l'aspect énergétique et subtil prend sa place.

Cette prise de conscience, provenant de ressentis et de perceptions nouvelles, nous aidera à transformer notre regard sur les choses vers une profondeur d'autant plus grande que notre développement intérieur sera réel. Nous accéderons par ces facultés à toutes sortes d'informations qui pourront transformer de manière positive nos vies ainsi que celles de ceux qui nous entourent.

Nous aurons de ce fait une ouverture intérieure plus grande nous permettant de recevoir les informations venant de nos guides spirituels, de notre ange gardien ou d'êtres évolués spirituellement appartenant aux plans de "lumière", ce qui nous aidera à mieux guider ceux qui nous sont confiés.

Nous pourrons aussi ressentir les énergies négatives et nous nettoyer de ce qui nous encombre ou nous piège, nous permettant de remplacer nos énergies stagnantes par des énergies "fraiches", nous rendant plus disponibles, donc réceptifs aux plans supérieurs, pour nous et ceux que nous aidons. Ces différents nettoyages permettent aussi de libérer les lieux chargés, et rendre plus légère, plus agréable et plus saine la vie de ceux qui s'y trouvent.

En agissant ainsi nous devenons comparables, à petite échelle, à des êtres de lumière qui agissent pour le bien de leurs proches. De plus, nos perceptions s'affinent et rendent ce qui est lointain et non palpable

pour certains, réel et tangible pour nous, nous permettant de vivre plusieurs réalités à la fois. Enfin, en nous occupant des autres, notre vie se place sous le signe de l'abondance.

Pour réaliser ce déploiement et évoluer au-delà de nos limites actuelles, il est nécessaire d'éveiller ces facultés et surtout de les utiliser pour aider et accompagner un plus grand nombre de personnes que nous ne pourrions guider autrement.

Ces nouveaux potentiels nous permettent non seulement d'être acteurs de cette réalité étendue, d'en comprendre le fonctionnement au niveau subtil, tant en nous qu'autour de nous, mais aussi d'interagir de manière éclairée avec les mondes subtils qui nous entourent.

Partie 1

Affiner nos ressentis pour percevoir les mondes subtils qui nous entourent

"Distingue clairement qu'il y a deux conscience en toi. Celle de la dense matière de ta chair et celle de ton être essentiel qui a la faculté d'être attentif à cette chair. Voilà où se situe le centre de ton attention où tu dois installer ton vouloir ardent."

Hermès Trismégiste

"Ce que nous nommons réalité n'est qu'une façon de voir le monde, mais ce n'est pas la seule."

Carlos Castaneda

"Rare sont ceux qui regardent avec leurs propres yeux et qui éprouvent avec leur propre sensibilité."

Albert Einstein

Pourquoi développer et affiner nos ressentis ?

> "Nous sommes entourés de choses que nous ne soupçonnerons jamais, parce que les organes nous manquent qui nous les révèleraient."
>
> GUY DE MAUPASSANT

> "L'être humain doit pour survivre, apprendre à connaitre et reconnaitre toutes les énergies qui l'animent et s'en servir en conscience."
>
> IVAN L'ÉVÊQUE

En développant nos ressentis subtils, le monde des énergies s'ouvre à nous avec toutes ses potentialités. Notre regard sur la réalité objective s'agrandit, nous permettant d'être plus établis sur cette réalité et d'éveiller des capacités qui étaient encore à l'état latent.

Cette connaissance nous déploie vers de nouvelles perceptions, transformant ainsi notre vision de toute chose et prouvant qu'il ne s'agit ni d'une erreur, ni d'une affabulation.

Enfin, des canaux d'informations supplémentaires complètent nos acquis et nous permettent de ressentir différemment les personnes et les lieux qui nous entourent. Cet aspect des ressentis affinés amplifie et augmente fortement notre intuition.

Comment ressentir avec nos mains physiques, notre corps et nos chakras ?

"Nous marchons à tâtons dans un univers dont nous ne connaissons que les apparences les plus grossières."

ALDOUS HUXLEY

"Nous savons beaucoup de choses mais nous ressentons trop peu."

BERTRAND RUSSEL

Apprendre à ressentir les énergies c'est en tout premier lieu être à l'écoute de son corps physique ou d'une zone du corps précise. Pour ce faire, il est nécessaire d'oublier son mental, ainsi que toute idée préconçue.

Au début de l'expérience, le débutant aura tendance à la rejeter de manière inconsciente, il pensera qu'il ne ressent rien alors qu'en réalité il perçoit une sensation, parfois très subtile qu'il n'ose pas accepter de peur de se tromper. Cette sensation peut être simplement un minuscule fourmillement au creux de la paume qui, s'il en prend conscience, donnera plus tard un véritable ressenti des énergies subtiles. En l'ignorant son cerveau n'enregistrera pas cette sensation aussi subtile soit elle, bloquant ainsi son processus de développement du ressenti tactile.

Pour être assimilé, ce ressenti si infime a besoin d'être accepté et ainsi se développer et grandir. Cette sensation particulière s'établit petit à petit et s'affine jusqu'à faire partie des acquis définitifs de notre corps physique.

Il est important au début d'être patient si l'on veut ressentir les énergies subtiles.

Témoignage

Un jour que j'étais avec une de mes élèves et amie Mme Christelle C., celle-ci me demanda de ressentir si sa bague était chargée, alors qu'elle-même est une personne sensitive.

Je pris sa bague dans ma main et pendant ce temps nous échangions sur un sujet passionnant. Environ trois minutes plus tard, je poussai un petit cri, quelque chose m'avait piqué au centre de la main, comme une piqûre d'aiguille. J'avais totalement oublié la bague entre temps.

Mme Christelle C. me demanda : "Qu'est-ce que tu as ?"

"Ta bague m'a piqué !"Je lui proposai de faire elle-même le test, lui rendant sa bague qu'elle plaça dans sa main.

Le sujet devait être captivant car nous sommes repartis de plus belle à discuter.

À nouveau, alors que nous l'avions oubliée, la bague manifesta sa présence de la même manière et Mme Christelle C. lança un petit "aïe"qui nous a conforté que la bague était véritablement chargée.

Ce témoignage montre bien que même des personnes sensitives peuvent ne pas percevoir la charge d'un objet sans être en contact un certain temps. Cette charge peut ne se manifester qu'après un certain laps de temps.

Cet aspect est très important, car beaucoup d'élèves ont tendance à penser qu'à partir du moment où ils ressentent, par le toucher, des choses de niveau subtil, ils s'arrêtent de progresser sur le ressenti tactile, pensant ainsi en avoir fait le tour.

Quels exercices utiliser pour développer notre ressenti tactile

Comme nous l'avons précisé dans le livre précédent *Développez vos facultés psychiques et spirituelles* aux éditions Exergue, notre premier travail de ressenti à acquérir est de percevoir le fameux "effet ballon" entre nos deux mains physiques. Pour ce faire, nous visualisons un ballon d'air entre nos deux mains et nous effectuons un mouvement de va-et-vient d'une amplitude de 2 à 3cm, comme avec un accordéon.

Par exemple, nous pouvons expérimenter le ressenti de l'énergie avec un écartement de 10 cm entre nos deux mains, tout en faisant de petits va-et-vient, la main gauche poussant l'énergie vers la main droite qui reste fixe et dans laquelle nous ressentirons les énergies sous forme de vibrations, de fourmillements, de vent, de chaleur, etc. Le ressenti à observer est surtout dans notre paume la plus sensitive. Si ce ressenti est acquis, nous écartons nos mains à 15 cm, et ainsi de suite jusqu'à atteindre l'écartement maximal de nos bras, comme si nous avions les bras en croix.

Dès qu'une main ressent avec le maximum d'écartement, nous pouvons passer à l'autre main.

Quand l'expérience du ballon est acquise, nous pouvons envisager des ressentis plus subtils mais de manière progressive. Nous commencerons par la vibration des matières physiques, c'est-à-dire ressentir si un morceau de bois est froid, chaud ou tiède, si la sensation est agréable ou désagréable. Nous ferons de même avec la pierre, le métal, le plastique, le verre, le carton, le tissu, etc.

Lorsque nous aurons bien repéré la différence énergétique entre les matériaux, nous pourrons ressentir la différence énergétique des différentes couleurs, par exemple en découpant des rectangles dans des chemises cartonnées de toutes les couleurs, le but étant de ressentir chaque couleur les yeux ouverts pour bien repérer le trajet énergétique dans la main qui tiendra le rectangle. La phase suivante sera de repérer de quelle couleur il s'agit, les yeux fermés.

Soyons rassurés, si nous sommes axés sur l'énergie de la couleur d'un des rectangles, nous ne sommes pas piégés par l'énergie du carton. Tout est une question d'intention.

Nous pouvons passer ensuite à un ressenti subtil qui est le toucher de notre aura ou de celle d'un ami. Pour cela, il nous faudra porter notre attention sur les différences de fréquence vibratoire au sein même de son aura. Nous constaterons en plaçant nos mains à certains endroits de l'aura que nous n'avons pas les mêmes ressentis, ni perceptions selon les endroits où nous passons la main.

Grattage de l'aura

Nous pouvons travailler en caressant l'aura avec les doigts écartés. Après avoir ressenti une aura, nous pouvons nous entraîner sur les chakras en passant notre main au dessus. Sont-ils vigoureux ou faibles ?

Quel est le point faible énergétique du partenaire avec lequel je m'entraîne et comment lui donner l'énergie dont il a besoin.

Rappelons-nous que seul l'entraînement et la pratique permettent d'acquérir un ressenti rapide et sûr. Pour cela réalisons les exercices comme s'il s'agissait de jeux.

La phase suivante sera de ressentir avec nos mains physiques l'aura d'un mur. Lorsque ces perceptions seront

acquises et perçues rapidement, nous pourrons passer au ressenti des lieux. (Nous trouverons le détail de la technique dans le livre précédent).

Repérer les différentes manifestations de l'énergie

Pour repérer ce type d'énergie il nous faut laisser les mains au-dessus de l'endroit à tester, puis attendre que le ressenti se perçoive. Il ne faut pas s'arrêter dès la première information, car d'autres perceptions plus subtiles peuvent apparaître dans un second temps.

Nous pouvons percevoir ces 12 ressentis différents :

- le picotement
- la vibration
- le vent
- la chaleur
- le tiède
- le froid
- le mouvement
- la densité
- le vide (ou absence minimale d'énergie)
- la brûlure
- le pincement
- la piqûre

De plus nous devons repérer si la sensation est :

- agréable
- désagréable
- agressive
- neutre

Tout cela pour obtenir un maximum de qualificatifs de notre ressenti. En effet, la personne qui fera ces expériences aura désormais des ressentis spécifiques précis, qui ne pourrons pas être confondus avec d'autres types de ressentis.

Comme nous l'avons précisé, certaines personnes n'ont pas encore acquis un ressenti assez affiné pour leur permettre de distinguer tactilement ce qui est tenu en main. Elles devront accepter que leur nouveau ressenti soit timide au départ. Ceci afin de permettre à celui-ci d'être assimilé par le cerveau pour pouvoir se déployer à un niveau supérieur.

À l'inverse, si elles n'acceptent pas ce ressenti parce qu'il paraît infime et craignent de se tromper ne serait-ce qu'au départ, elles n'auront aucune chance qu'il se développe. Ces personnes vont par contre ressentir comme un léger vent qui passe sur leurs mains. Nous voyons que dans ce cas le ressenti subtil n'a pas acquis sa pleine maturité et ce manque de perception tactile pourra entraîner des erreurs d'interprétation si la personne est thérapeute.

En augmentant notre ressenti, nous nous protégerons des charges énergétiques qui nous entourent. Lorsque le ressenti de notre corps physique est développé, nous pouvons considérer que notre corps est devenu assez sensible et peut être comparable à une antenne.

Ainsi, à un certain niveau de sensibilité, nous pouvons percevoir des choses au delà de notre corps physique.

Une de mes élèves a ainsi été avertie par un ressenti très fort qui l'a en même temps protégée.

Témoignage

Une de mes élèves, Mme Véronique B., était invitée dans la maison d'un membre de sa famille. En arrivant sur place, elle a immédiatement ressenti quelque chose qui la repoussait en arrière, l'empêchant d'entrer dans cette maison et encore moins d'y rester.

Sans pouvoir se l'expliquer, elle ressentait intérieurement que la maison dégageait quelque chose de négatif mais elle n'alla pas plus loin.

La nuit même, la maison brûlait.

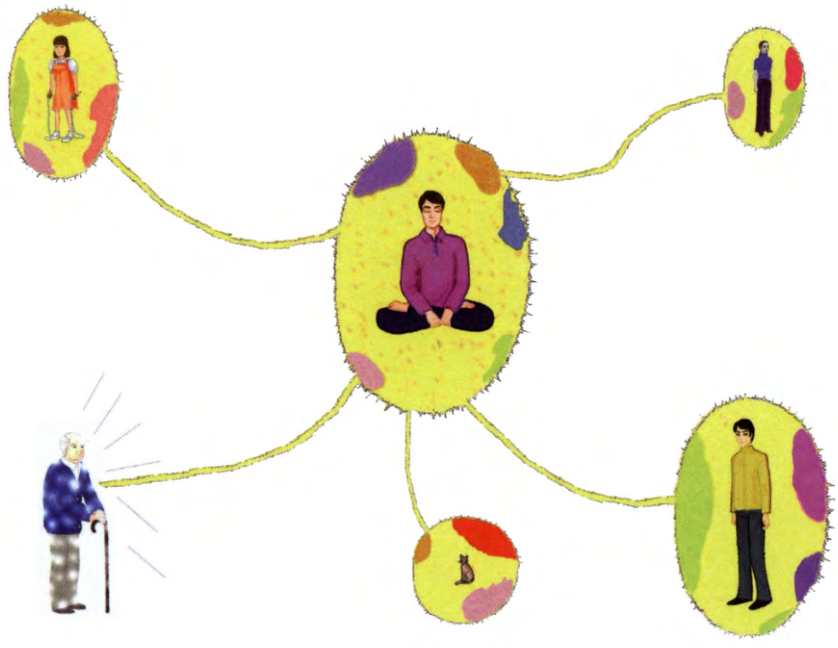
Cette élève était avancée au niveau de son ressenti tactile. Si elle avait continué d'affiner son ressenti, elle serait parvenue à distinguer avec précision ce qui l'avait gênée, s'il s'agissait ou non d'une entité malveillante et, si c'était le cas, l'endroit précis où elle se trouvait dans la maison.

Nous voyons bien que nos facultés et ressentis peuvent progresser vers des degrés supérieurs et comme dans ce cas précis, nous protéger.

Ressentir les présences à distance avec notre corps physique

Je me suis entraîné à ressentir les yeux fermés l'emplacement exact des personnes à distance. J'avais travaillé sur ce sujet, pour ressentir si je pouvais distinguer la présence d'un homme ou d'une femme à distance.

Je constate que c'est en jouant que l'on obtient le plus de résultats positifs lors de nos expériences.



Après avoir fermé les yeux, je décidai de ressentir une énergie masculine en pleine rue.

Je ressentis qu'une telle personne se situait à peu près 30 m derrière moi un peu à droite. Je me tournai sans avoir ouvert les yeux dans la direction pressentie et me retrouvai en face d'un homme situé à l'endroit même.
A ma connaissance, cet exercice n'est pas répertorié dans les facultés psychiques et je l'ai expérimenté dans le but de vérifier sa fiabilité.

Ces expériences ont été faites par mes élèves avec un fort taux de réussite et pour certains sans échec. Ce type d'expériences peut permettre de percevoir autant les personnes vivantes que les personnes décédées se trouvant dans un lieu.

Cela permet de repérer, sans clairvoyance ni sortie astrale et uniquement à partir des énergies de la personne, où se situe l'entité perçue à distance, si une maison est hantée, mais également de ressentir la présence d'esprits de la nature ou autres. Ce type de perception ouvre ainsi de nouvelles perspectives.

Il est intéressant de noter que les soldats américains ont été formés pendant la guerre du Vietnam pour ressentir à distance la présence d'ennemis cachés qui les observaient. De plus, en entrant dans une pièce, il peut nous arriver de ressentir fortement le fait qu'on ait dit du mal de nous, comme si l'atmosphère de l'endroit était chargé.

Dans l'expérience que nous réalisons, il ne s'agit pas de percevoir les êtres qui nous observent et qui sont cachés, mais de repérer les présences, ainsi que leur identité énergétique, masculine ou féminine.

Déployer notre ressenti tactile à un niveau supérieur

Le premier travail à réaliser pour amplifier nos ressentis est d'enlever ou de contourner toutes les charges et problèmes qui nous encombrent.

Il peut s'agir d'obstacles ou de charges énergétiques situées dans nos corps subtils :

- les énergies stagnantes
- les charges émotionnelles
- les mémoires de vies antérieures
- les peurs
- les interdits (exemple : laisser exprimer sa sensibilité)
- les blocages du ressenti provenant d'un passé difficile
- le refus d'écouter notre ressenti par manque de confiance en soi
- les pensées parasites (problèmes de concentration)
- les parasites astraux
- les présences, les entités, les défunts,

ou bien encore de problèmes provenant de notre vie :

- la préoccupation
- les soucis
- l'indisponibilité (si on attend un appel téléphonique)
- la fatigue

Nous pouvons aussi augmenter notre éventail de ressentis.

Voici des exemples à tester :

- l'énergie tellurique
- l'énergie cosmique
- l'aura d'un homme ou d'une femme
- l'aura d'un animal
- l'aura d'une plante
- l'aura d'un minéral
- l'aura d'un objet
- l'énergie émise par un réseau Hartmann
- l'énergie émise par une rivière
- l'énergie émise par un puits énergétique
- l'énergie émise par des mémoires d'un lieu ou rémanences
- l'énergie féminine ou masculine
- l'énergie hybride dans le cas d'arbres qui sont mâles et femelles
- l'énergie d'une musique

- l'énergie d'une œuvre, qu'il s'agisse d'une peinture, d'une sculpture
- l'énergie d'une personne de l'histoire
- l'énergie d'un défunt
- la présence d'un élémental de la nature
- l'épaisseur d'une protection psychique
- les différences de textures astrales (entre un parasite astral situé dans l'aura et l'énergie aurique)

Il ne tient qu'à nous d'en explorer d'autres qui nous tiennent à cœur. Les possibilités sont infinies.

Quelques conseils pour affiner notre ressenti

Il est important d'être à l'écoute des messages que le corps physique nous envoie.

Il faut être capable de nous concentrer et d'isoler le ressenti émanant d'un endroit précis du corps qui peut être, par exemple, la paume de la main gauche de manière à utiliser nos mains ou notre corps comme un scanner. Ainsi, si nous travaillons avec nos deux mains et que la main gauche ressent quelque chose d'alarmant, nous devons le percevoir immédiatement. Nous voyons clairement dans ce cas l'avantage de devenir ambidextre au niveau énergétique.

Il est préférable de faire des exercices très courts mais si possible réguliers, de 30 secondes à 3 minutes environ au début des ressentis.

Discerner l'authenticité de notre ressenti

Avant toute chose, il est nécessaire de faire la différence entre un véritable ressenti et une projection de notre mental.

Ce ressenti peut nous donner l'impression, plus ou moins floue, d'une vibration semblable à un authentique ressenti correspondant au toucher de quelque chose de subtil.

Réalisons l'expérience de ressentir la totalité de nos deux jambes, face avant, face arrière, jusqu'au fessier. Nous constaterons que nous ne pouvons pas ressentir dans le même temps la totalité de nos deux jambes.

Il semble que nous ne puissions prendre conscience véritablement que d'une partie à la fois qui s'étend, selon les individus, sur une zone de ressenti d'environ 10 à 12 cm de diamètre.

Ce qui nous donne l'illusion de ressentir plusieurs endroits du corps à la fois, vient du fait que notre conscience se déplace à la vitesse de la pensée, comparable à une lampe qui éclaire notre corps et que l'on déplace à grande vitesse.

Il est judicieux de refaire ces expériences le nombre de fois qu'il sera nécessaire pour acquérir un ressenti amplifié de notre corps physique. En agissant ainsi, nous constaterons que nous affinons le ressenti de notre corps physique.

L'intérêt est de savoir qu'il existe d'autres possibilités : des corps étrangers astraux, par exemple, peuvent bloquer notre ressenti de certains endroits précis de notre corps physique où ils se situent. Ce nettoyage est traité dans le chapitre : *Comment nous libérer de nos charges négatives.*

Ressentir avec nos mains astrales et agir à distance ?

"L'âme existe comme un être réel, indépendant du corps. Elle est douée de facultés encore inconnues à la science. Elle peut agir et percevoir à distance, sans l'intermédiaire des sens."

CAMILLE FLAMMARION

Qu'appelle-t-on "un membre fantôme" ?

Même si les médecins connaissent bien ce phénomène, ils ne donnent qu'une explication neurologique et ne vont pas plus loin.

Lorsque quelqu'un est amputé d'un membre, il continue à sentir la partie manquante comme si elle était toujours là. Il peut aussi ressentir des fourmillements et des démangeaisons dans la totalité du membre manquant. On appelle ce membre, le membre fantôme.

Nous devons prendre en compte cette réalité lorsqu'un amputé se plaint de souffrir de son membre "disparu".

Témoignage

Un jour, alors que je travaillais sur quelqu'un qui était amputé de l'avant-bras, je lui demandais s'il sentait que je caressais son membre fantôme.

Personnellement je le ressentais très nettement, comme s'il était presque tangible. Il me confirma qu'effectivement il avait la sensation de caresses.

⇩

Je lui demandais ensuite s'il avait essayé de l'agrandir, lui précisant qu'il avait la faculté de s'étirer à des distances considérables. Il me confirma discrètement qu'il l'avait remarqué et s'en amusait de temps en temps.

Lorsque quelqu'un de sensitif ressent une douleur dans l'un de ses membres physiques présent, le fait d'enlever les charges énergétiques qui s'y trouvent peut entraîner la disparition de la gêne.

S'il y a des gênes et des douleurs perceptibles alors que le membre physique existe, il est probable que lorsque ce membre est absent ce soit une véritable souffrance.

Un jour, alors que je sortais avec mon corps astral, j'ai ressenti une vive douleur dans la paume de ma main gauche au point que j'ai immédiatement arrêté l'expérience pour me réincorporer. J'ai enlevé ce qui était en fait une pointe astrale qui me traversait la paume. Lorsque j'ai réintégré mon corps physique pour l'enlever, je ne ressentais plus cette souffrance comme je l'avais sentie avec mon corps astral.

Il faut être prudent mais il est possible de diminuer, voire même de supprimer les souffrances, les démangeaisons et autres désagréments dans un membre, en enlevant les parasites astraux ou toutes charges énergétiques qui s'y sont placés, puis en le magnétisant.

Une expérience intéressante avait été réalisée par Rupert Sheldrake (docteur anglais en biologie) pour vérifier scientifiquement la réalité du membre fantôme.
Il plaçait une personne dont le membre inférieur avait été amputé en face d'une personne sensitive dont la vue était occultée et qui devait percevoir le passage de la jambe amputée que la personne bougeait sous la table. La personne amputée devait déplacer ou ne pas déplacer son genou au travers les jambes du sensitif. Celui-ci devait repérer, mais aussi quantifier, les passages ou l'absence de passages.

Un autre scientifique, le savant russe Semyon Kirlian (1898-1978), inventeur du procédé de photographie Kirlian, a permis de prouver par son procédé que l'aura pouvait être prise en photo. Il a aussi permis de confirmer l'existence du "membre fantôme".

La photo Kirlian permet de fixer sur le papier l'émanation énergétique et subtile de chaque chose ou de chaque être vivant,

L'expérience la plus connue est de placer une feuille d'arbre fraichement coupée et de prendre une photo avec l'appareil Kirlian.

En regardant la photo Kirlian, nous constatons que, même si la partie physique n'est plus présente, le rayonnement de la partie enlevée reste présente.

Ce rayonnement faiblira au fil du temps puisque la feuille n'est plus en contact avec l'arbre.

Par opposition, l'aura de la feuille restant en contact avec l'arbre ne faiblit pas. Il en va de même pour le membre fantôme qui est toujours en lien avec le corps physique, même s'il n'est pas visible.

Ces découvertes ont permis de confirmer en plus de l'existence de l'aura, la présence du membre fantôme.

Tester et utiliser nos mains astrales

Chacun d'entre nous possède un corps astral avec lequel il se déplace dans ses rêves. Ce corps astral est constitué d'atomes comme notre corps physique mais plus espacés.

Nos mains astrales sont placées à l'intérieur de nos mains physiques. Pour nous en servir il faut utiliser une des clés principales du plan astral qui est la visualisation.

En visualisant notre main astrale sortant de notre main physique, notre main astrale réalise la demande et sort. C'est ainsi que les choses se passent avec tout ce qui concerne le corps astral, soit par visualisation, soit par verbalisation. Il ne faut pas douter, l'essentiel est de ressentir la main astrale.

Toutefois, il ne faudra pas oublier de la replacer correctement dans la main physique en la voyant se réintégrer convenablement. Dans le cas contraire, elle prendra plus de temps pour s'y remettre, mais cela se fera tout de même.

Lorsque nous touchons quelque chose avec la main astrale la perception est ressentie dans la main physique correspondante. La contrepartie physique récupère donc le ressenti subtil de ce qui a été touché.

Nous pouvons commencer en visualisant que nos bras astraux se rejoignent rapidement en se tapant fortement, ce qui donnera une mini réaction dans nos mains physiques au moment de l'impact entre nos mains astrales.

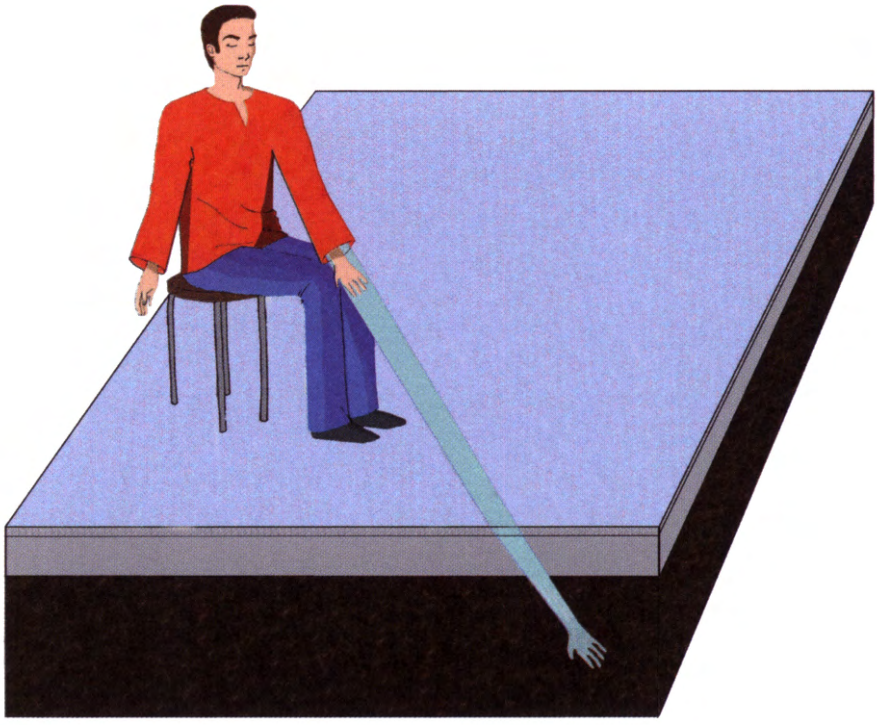
Nous pouvons utiliser nos mains astrales de bien des façons, toutefois il est préférable au départ d'approfondir notre ressenti en nous entrainant à ressentir notre environnement. Ainsi nous ne nous tromperons pas et travaillerons à une authentique progression.

Tout d'abord commençons par le côté qui nous est le plus familier et dont la sensibilité est la plus élevée : la droite pour les droitiers par exemple, la gauche, pour les gauchers. Pour débuter, visualisons que

nous sortons notre main et notre avant bras astral. À chacun de voir ce qui lui convient le mieux.

Commençons par visualiser notre main et notre avant-bras s'étirant et rentrant dans le sol jusqu'à la moitié de notre main astrale, l'autre moitié restant à l'extérieur du plancher. Nous devons ressentir la texture du matériau traversé.

Dans le cas où nous travaillons dans du béton nous aurons une sensation de froid mais aussi la sensation que notre main est immobilisée. Ce ressenti particulier se répercute immédiatement dans la main physique.



Continuons à rentrer dans le sol notre bras astral jusqu'au coude, nous constatons rapidement que notre avant-bras est comme tenu par ce qui compose le dessous du plancher.
Il est utile d'acquérir le réflexe de repérer et vérifier l'authenticité de nos ressentis, cela fera grandir la foi en nos possibilités.

Pensons à rétracter notre avant-bras et notre main et à les replacer correctement dans leur équivalent physique avec notamment tous les doigts se réintégrant à leur juste place. Dans le cas contraire nous perdrons un peu de ressenti tactile jusqu'à ce que nos membres se remettent naturellement à leur place.

Tout doit être source d'entraînement, par exemple ressentir l'aura du mur situé en face de nous ou sa densité. Faisons de même avec une fenêtre pour ressentir la main traversant le verre, puis le bois, de manière à améliorer notre éventail de ressentis.

Quand le ressenti de ce qui est matériel est acquis, nous pouvons avec nos mains astrales passer au ressenti d'une aura, puis d'un corps astral, pour ensuite passer aux différents nettoyages astraux, qu'il s'agisse d'énergies congestionnées, de pieux, etc....

Ces exercices peuvent sembler ludiques mais ont un intérêt primordial : augmenter notre finesse tactile et notre foi, grâce à la multiplication des expériences et nous permettre de réaliser des choses bien subtiles.

Atténuer les cicatrices en retirant leur contrepartie éthérique

Pour atténuer une cicatrice physique, tant au niveau de sa couleur qu'au niveau de son épaisseur, il est essentiel d'avoir acquis un minimum de ressenti tactile au niveau subtil.

Lorsqu'une blessure ou une ouverture est présente sur le corps physique à la suite d'un accident ou d'une opération chirurgicale, cette ouverture apparaît également sur le corps éthérique, car le corps éthérique est la copie conforme du corps physique.

Par contre, le corps astral n'est pas touché car il se reconstitue. Il est formé de matière bio plasmique, correspondant au cinquième état de la matière, c'est-à-dire qu'il n'est ni solide, ni liquide, un mélange des deux, comparable par exemple à de la lave.

Colmater une fuite énergétique provenant d'une cicatrice

Il arrive parfois pour des personnes ayant été blessées, d'avoir la contrepartie éthérique de la blessure qui n'est pas refermée au niveau subtil, même après la cicatrisation physique. Cela a pour conséquence de petites pertes d'énergie décelables en plaçant la main à 2 ou 3 cm au-dessus de la cicatrice sous la forme d'un petit souffle froid. Il est donc nécessaire de vérifier si nous avons ou non une petite fuite énergétique à cet endroit précis.

En fait, nous perdons de l'énergie en permanence même si notre fuite énergétique est mineure.

Dans un premier temps nous pouvons combler cette déperdition en mettant notre main ouverte vers le haut et en demandant de la matière éthérique. Nous ressentirons quelques secondes plus tard comme un poids qui se pose sur notre main.

Il nous faudra ensuite remercier pour ce qui a été reçu et étaler cette matière éthérique pour colmater la fuite. Nous vérifierons ensuite en replaçant notre main si la fuite s'est arrêtée et dans le cas contraire il faudra réitérer l'opération.

Ce type de fuite énergétique attire souvent des parasites astraux qui viennent s'y placer. C'est pour cette raison supplémentaire qu'il est nécessaire de combler "ces brèches".

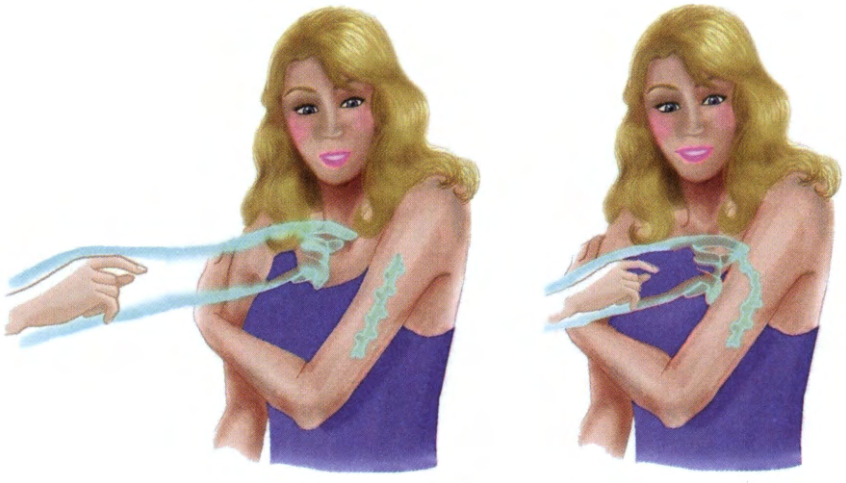
Nous aborderons l'aspect pratique du nettoyage des parasites astraux dans le chapitre : *Comment nous libérer de nos charges négatives*

Diminuer une cicatrice éthérique et sa contrepartie physique

Pour effectuer cet exercice, nous devons nous servir de notre main astrale pour enlever la mémoire éthérique de la cicatrice. Il faut visualiser que notre main astrale sort de notre main physique pour enlever cette mémoire.

Il est important que la main physique simule à l'extérieur ce que la main astrale fait dans un même temps dans le corps éthérique, celle-ci renvoyant dans le corps physique le ressenti du toucher astral.

Dans le cas d'une cicatrice nous avons affaire à une mémoire double. Par exemple, si l'ouverture a été faite au scalpel, ce dernier a séparé en deux la chair et chacune des deux parties a la mémoire d'avoir été coupée.



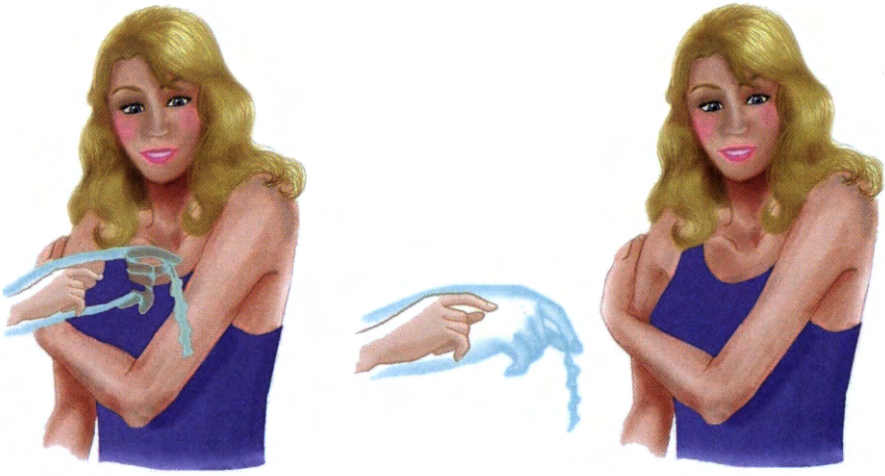
Pour revenir à l'aspect pratique, on visualise notre main astrale rentrer à l'intérieur de la peau pour attraper la mémoire de la cicatrice. Cela ressemble sur le plan subtil à une petite languette ayant la taille et la profondeur de la cicatrice avec comme particularité d'être plus ou moins élastique.

Il faut prendre son temps, particulièrement au début, pour être certain de bien sentir que nous tenons le début de la cicatrice. Nous ressentirons alors de fortes vibrations sur quelques millimètres entre nos doigts physiques, correspondant aux vibrations transmises par nos doigts astraux.

Il vaut mieux utiliser nos trois doigts (pouce, index, majeur), car la mémoire d'une coupure nécessite de la précision au niveau du ressenti.

Il faut réaliser cet exercice lentement afin de ressentir la mémoire éthérique jusqu'au moment où elle sera totalement enlevée, et ne pas la lâcher en agissant trop vite.

Les cicatrices sont souvent perçues comme électriques ou piquantes au niveau du ressenti. Lorsque la cicatrice éthérique est retirée, la personne sent immédiatement que l'énergie circule à nouveau à cet endroit précis. Les personnes présentes pourront constater que la cicatrice semble s'atténuer voire presque disparaître.



Il est nécessaire de renouveler l'opération jusqu'à la complète disparition de la cicatrice astrale.

Il en est de même pour les personnes qui ont vécu une vie antérieure qui s'est terminée sur l'échafaud, dans ce cas il faut enlever la mémoire située à la base du cou. Ayant vécu ce drame, elles ont souvent l'impression que la tête est séparée du cou ou peuvent avoir toutes sortes d'autres douleurs liées à cette partie du corps...

De même pour les personnes qui ont été pendues dans une vie précédente et qui gardent le souvenir d'un étranglement à la base du cou, il sera nécessaire de vérifier s'il n'y a pas la présence de la

mémoire d'une corde. Une fois ce travail fait, le soulagement physique est nettement perceptible.

Projeter son corps astral à distance

Le voyage astral ou dédoublement est la faculté de voyager consciemment hors du corps physique avec ce que l'on appelle notre corps astral qui agit ainsi comme le "véhicule"de notre conscience.

Le voyage astral que je pratique est moins attrayant que le voyage astral "classique"qui est une sortie totale de notre conscience dans notre corps astral, avec toutes les perceptions et ressentis possibles, alors que notre corps physique est endormi.

Dans notre sortie astrale, notre conscience est partagée entre notre corps physique, qui est éveillé et notre corps astral, ce qui a pour conséquence d'avoir moins de ressentis. C'est comme si nous nous déplacions avec un "kit astral de base"qui permet, après un certain temps d'entraînement, d'être conscient dans deux lieux à la fois. Nous pouvons par exemple être bien présent, entouré d'invités à un repas et en même temps assister à une scène qui se passe à des milliers de kilomètres.

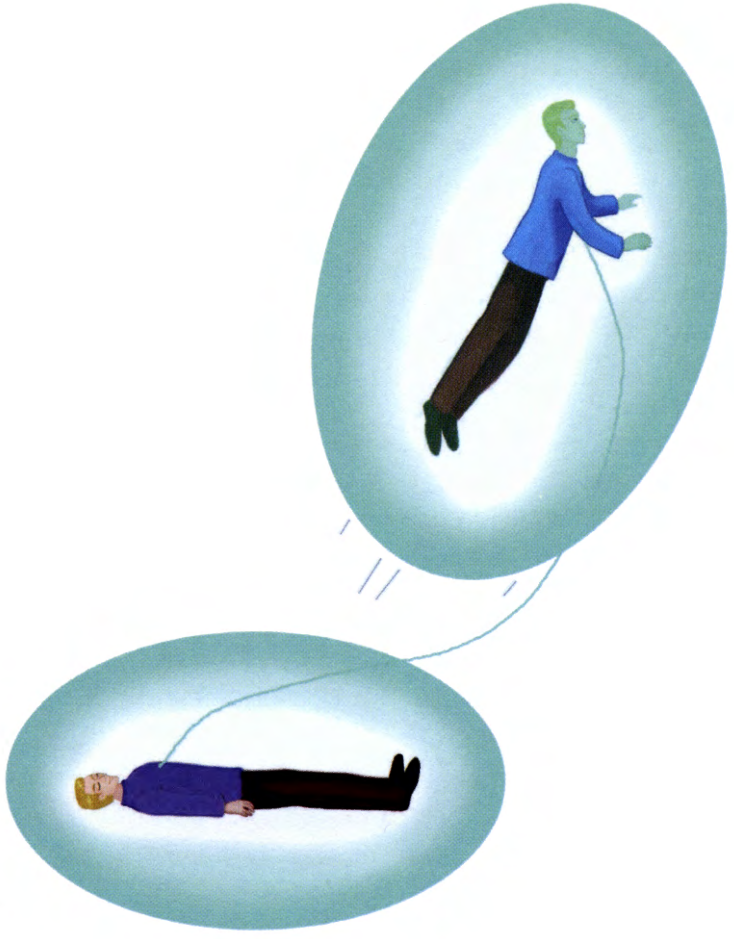
C'est un voyage astral que je nommerai "débrayable", car le physique et l'astral peuvent être autonomes, la conscience peut aller de l'un à l'autre à la vitesse de la pensée.
Cette sortie du corps astral est immédiate. Par contre, au début de notre apprentissage notre conscience rejoint généralement notre corps astral progressivement.

Ainsi, au début nous aurons conscience de nos sorties à 40 %, puis à 70 %, jusqu'au moment où nous serons habitués. Il arrive toutefois que certains élèves deviennent conscients de leurs sorties immédiatement. Parfois les débutants n'ont pas l'impression de sortir astralement lors de leurs premières tentatives, au début ils ressentent le déplacement de leur corps astral, mais leur conscience n'a pas été projetée à l'intérieur

de celui-ci. C'est plus tard et avec plus d'expérience que la conscience sera rassurée et basculera complètement dans le corps astral.

Nous rappelons qu'il est essentiel de se protéger lorsque nous projetons notre corps astral à l'extérieur, car nous laissons notre corps physique qui est incorporable par les entités de l'astral. Pour cela il est nécessaire de créer et d'utiliser la coque psychique qui est une bonne protection et à laquelle un chapitre entier a été réservé dans le livre précédent cité plus haut.

Nous pouvons aussi placer une coque psychique identique à celle du corps physique, pour protéger notre corps astral.



Au début, il faut s'entraîner chez soi avant d'aller plus loin. Ne pas aller trop vite et ne pas être trop impatient est la garantie d'un travail sûr, stable et authentique.

Dans ces domaines qui touchent l'invisible, on ne nous reprochera jamais d'être assez prudents et n'oublions pas que tout excès peut nous mettre en danger.

Pour sortir astralement il nous suffit de ressentir le poids de notre corps physique à un endroit précis, afin que notre corps astral s'y rende.

Le problème au début est qu'après avoir débloqué le phénomène de sortie, notre corps astral peut partir sans que nous en ayons conscience. C'est comme éduquer un jeune chiot, il faudra pour commencer le domestiquer en lui apprenant ce que nous attendons de lui.

Il est préférable de se faire assister, particulièrement au début, par quelqu'un de plus expérimenté pour que tout se passe bien.

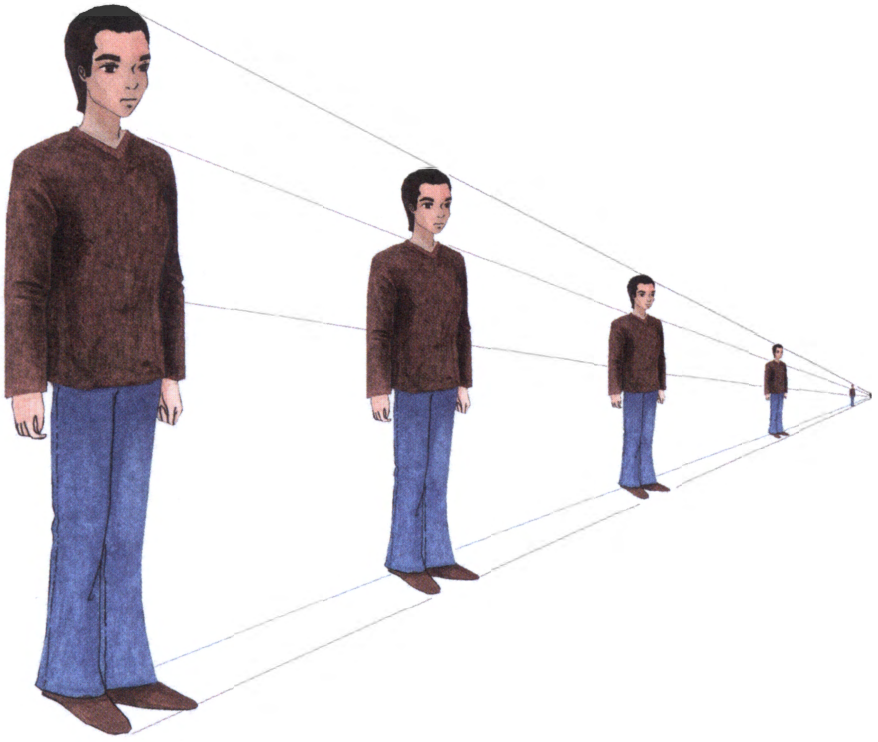
Au fur et à mesure de nos sorties, nous serons de plus en plus conscients de notre corps astral. Puis, après un certain temps, nous commencerons à voir à travers ses yeux. Une sortie astrale permet de partir immédiatement si nous le désirons, mais le déplacement de conscience demande plus de temps.

Projeter un corps astral réduit

Mon professeur et ami Raymond Réant a été le premier au monde à réaliser ce qu'il nommait : "des dédoublements contractés" ou projection d'un corps astral réduit.

Il réalisait des expériences sous contrôle scientifique qui consistaient à décrire la composition atomique d'éléments cachés, contenus dans des tubes scellés.

Suite à ces expériences nous pouvons nous-mêmes nous projeter jusqu'au niveau atomique. Néanmoins cette expérience demande beaucoup d'énergie à l'expérimentateur. Pour réaliser cette expérience, il serait donc judicieux d'attendre l'été, période où l'énergie est la plus abondante.



Lorsque nous avons l'habitude de projeter notre corps astral, il nous est facile de le réduire simplement en émettant l'intention.

Cela nous ouvre ainsi de nouveaux champs d'expériences, tels que de nous permettre d'explorer la structure interne de la matière ou l'intérieur de notre corps physique.

Apprendre à bien replacer notre corps astral

Bien des personnes qui ont la particularité de sortir avec leur corps astral de manière consciente ou partiellement consciente, ont de la difficulté à replacer correctement leur corps astral dans leur corps physique.

Ce sont généralement des femmes qui subissent ces situations car elles sont plus proches de leur corps émotionnel. Les hommes quant à eux n'ont généralement pas cette problématique car ils sont plus proches du corps mental et moins de leur émotionnel.

Cela arrive particulièrement lorsque le sujet a vécu une belle expérience qui lui rappelle les réalités des plans supérieurs.

Ainsi leur corps astral préfère rester à l'extérieur du corps et se réintègre souvent de manière incomplète. Il est souhaitable que ceux qui ont cette problématique apprennent à prendre les commandes de leur corps astral en lui demandant d'obéir à notre conscience.

Rappel du corps astral

Réincorporation du corps astral

Réajustement du corps astral

La phase suivante sera de nous visualiser dans le corps astral, quel que soit l'endroit où il se situe, et de le réintégrer correctement dans le corps physique.

À l'aide de la visualisation, nous replacerons tout le corps astral jusqu'au bout des doigts de sa contrepartie physique.

Utiliser le ressenti du corps astral à distance

Après avoir perçu les choses avec nos ressentis amplifiés du corps physique, il est nécessaire de continuer à augmenter notre ressenti subtil, mais cette fois-ci avec le corps astral projeté à l'extérieur.

Nous pouvons projeter notre corps astral en envoyant notre poids physique à l'endroit désiré, ce qui trompe ainsi notre corps astral (voir l'explication de cette sortie du corps astral avec plus de précisions dans le livre *Développez vos facultés psychiques et spirituelles* aux éditions Exergue).

Nous continuerons notre déploiement en pratiquant d'autres expériences tel que le fait de masser le corps astral de quelqu'un avec notre corps astral. La personne massée devra ressentir le massage astral qui lui est donné. Cette expérience, pour être réussie, demande une belle visualisation ainsi qu'un bon ressenti du corps astral. Elle aide à nous immerger dans ce que nous faisons, amplifiant ainsi notre présence astrale.

Pour revenir au ressenti de lieux à distance, la projection du corps astral sur un lieu est un exercice intéressant à réaliser.

Il est préférable et prudent d'être accompagné au début, mais si nous ne pouvons pas l'être, demandons la protection de nos anges gardiens au cours de ces sorties, mais n'oublions pas toutefois la prudence.

Il est essentiel de rappeler que s'il y a un danger, nous ressentirons une oppression. Il est alors impératif de revenir dans son corps physique en se projetant en lui ou en pensant à bouger simplement l'un de nos doigts de pied. Il faudra pour cela apprendre à ressentir avec notre corps astral où se situent les négativités dans le lieu où nous nous trouvons.

Témoignage

Une nouvelle élève, Mme Maëlle V. nous a raconté les déboires qu'elle avait avec la maison qu'elle venait d'acquérir. Il s'agissait d'une maison bon marché dont elle ignorait qu'elle était située au-dessus d'anciens marécages asséchés.

Comme elle s'y sentait mal et n'arrivait pas à bien y dormir, elle a fait appel à un géobiologue qui a posé un certain nombre "d'appareils" de sa fabrication pour contrebalancer les énergies négatives qui s'y trouvaient. Le résultat semblait résoudre le problème de sommeil de cette élève mais pas son sentiment de mal-être dans ce lieu.

Je lui ai donc demandé si elle voulait bien que l'équipe l'aide.

Son accord obtenu, je lui ai demandé de dessiner le plan de sa maison vue de haut avec l'emplacement précis des "appareils".

J'ai demandé aux élèves d'envoyer leur corps astral dans la maison, en ayant conscience qu'il s'agissait bien de celle de Mme Maëlle V.

L'aspect essentiel pour ne pas nous fourvoyer était de nous placer dans la bonne orientation. Ce que nous avons fait en émettant comme intention à notre corps astral de nous placer selon telle orientation précise en concordance avec le plan dessiné sur le tableau.

Ainsi nous étions positionnés selon un axe précis. Cela a permis aux élèves présents et à moi-même de ressentir que les négativités étaient principalement situées sur notre gauche.

Mme Maëlle V. fut surprise car, selon elle, le marais devait être devant nous. Je lui ai répliqué que selon le plan dessiné, le géobiologue avait placé ses appareils sur le côté gauche de la maison ; et je lui ai précisé que lorsque l'on place des objets pour atténuer une charge, il est normal de placer ce qui peut atténuer une charge à l'endroit où se situent les négativités. ⇩

Après être revenus dans notre corps physique pour constater l'endroit où étaient émises ces négativités, je proposai à l'équipe d'y retourner astralement afin de ressentir les charges négatives, avec l'intention de ressentir le lieu sans la présence des appareils.

Sur place nous avons immédiatement ressenti un mal-être qui nous a prouvé que les appareils posés avaient déjà une certaine efficacité.

Étant donné que nous ressentions encore des énergies négatives, j'ai proposé aux élèves de doubler, par visualisation, le plancher en béton en créant un plancher astral épais et dépassant de la maison de manière à ce que les remontées énergétiques négatives ne soient plus perceptibles dans la maison.

Après avoir fait cela, nous sommes retournés sur le lieu en astral pour constater à l'unanimité qu'il ne restait plus rien de négatif dans la maison.

Comment aider les autres à distance

"Il faut beaucoup de naïveté pour faire de grandes choses."

René Crevel

"Chacun aimerait améliorer le monde et chacun le pourrait s'il commençait par lui-même."

Karl H. Waggerl

"Si vous n'essayez jamais, vous ne réussirez jamais, mais si vous essayez, vous risquez de vous étonner vous-même."

Thubten Yeshe
Maître tibétain

Quelles sont les conditions pour pouvoir agir ?

Le préalable essentiel pour aider une personne à distance est non seulement de recevoir son accord explicite mais de systématiquement demander aux guides de lumière l'autorisation d'agir sur cette personne en disant clairement : "que si cela ne doit pas être, que ce que je fais soit simplement annulé" et cela même si nous avons obtenu son accord.

Le simple fait d'avoir effectué cette demande nous permet d'éviter de nous charger d'un karma négatif en accomplissant une action que nous n'aurions pas dû faire.

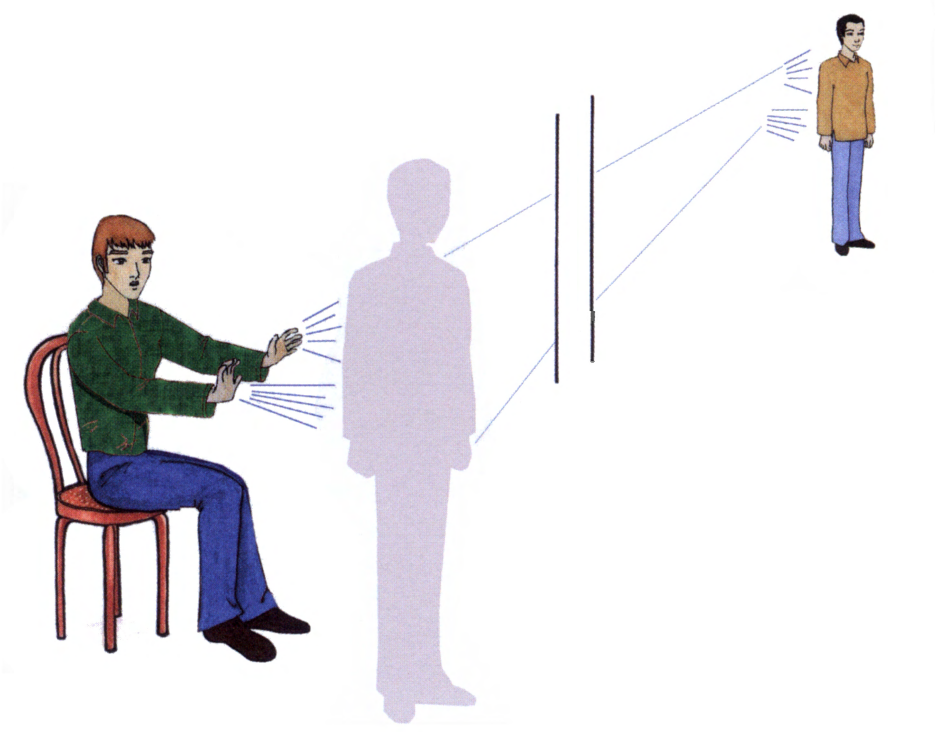
Cette demande doit être considérée comme entendue même si nous n'avons pas eu de confirmation ou de réponse. Les êtres qui sont dans les plans supérieurs nous couvriront à partir du moment où nous avons eu l'intention de bien faire et cela jusque dans les moindres détails.

D'autre part, si une personne vit une situation particulière qui correspond à une leçon karmique qu'elle n'a pas encore réglée, nous

ne lui rendrons pas service en lui enlevant ce qui l'empêche de vivre cette leçon. En d'autres termes, elle se représentera de toute manière sur son chemin.

Nous ne ferons en fait que reporter sa propre facture, mais cela ne sera que provisoire. Il faut aussi se méfier de l'apparence des choses. L'expression populaire "l'enfer est pavé de bonnes intentions"nous le rappelle. La prudence est donc toujours de règle. Il convient donc de ne jamais intervenir directement, même animé des meilleures intentions, sans demander l'autorisation aux guides de lumière.

Pour revenir à l'aspect pratique du travail à distance, il suffit simplement de visualiser la personne à côté de nous. Avec l'expérience nous constaterons que le travail est parfois plus efficace à distance pour certains travaux, ou à proximité pour d'autres.



Bien évidemment il est nécessaire d'avoir foi en ce que nous sommes en train de faire et de ne pas douter, car autrement comment notre esprit pourrait-il nous seconder dans notre travail si nous manquons de conviction.

Rappelons-nous ce que nous venons de préciser : il faut simplement agir comme si la personne était physiquement à côté de nous.

Oublions pour un instant tout ce que nous connaissons et redevenons ce que nous sommes intérieurement, c'est-à-dire semblables à de petits enfants pour lesquels tout est possible et nous constaterons à quel point c'est possible.

Visualisons donc que nous enlevons à la personne les charges négatives qu'elle porte soit dans son aura, soit dans son corps éthérique, soit dans son corps astral ou encore dans son corps mental.

Par ailleurs, dans le cas où une personne a besoin d'énergie, nous pouvons projeter par visualisation l'énergie dont elle a besoin.

Envoyer des énergies adaptées à la fréquence de la personne

Pour ce cas il est important de demander l'énergie correspondant à sa fréquence. Il arrive souvent, après avoir été énergétisé par un magnétiseur de ressentir une certaine fatigue. C'est une réaction normale au niveau énergétique.

Il s'agit simplement pour le corps physique de se reposer pour pouvoir synthétiser ces énergies, c'est-à-dire mettre à son propre niveau vibratoire les énergies reçues.

Par ailleurs, si la personne que nous aidons vit un moment difficile et qu'elle déprime, il est préférable de lui envoyer de l'énergie de couleur rose, plus douce, plus reposante que l'énergie blanche parfois trop puissante. L'énergie envoyée sur la fréquence de la couleur rose donne une énergie ondulatoire féminine qui permet de l'assimiler par à-coups et non en force.

Comparons cela à une situation que nous connaissons tous : prendre le volant alors que nous manquons d'énergie. Si le soleil brille, la lumière du soleil va vite nous éblouir, si nous mettons de la musique, le son va vite nous paraître trop fort.

Nous avons besoin, au moment où nous sommes en manque d'énergie, de nous isoler pour nous reconstituer. Toutes choses doivent donc nous être envoyées de manière douce pendant les périodes où nous sommes fragilisés.

Discerner ce que nous devons réellement faire

Il arrive parfois que des personnes éveillées aient parmi leurs proches, une personne non ouverte à ces pratiques. Si celle-ci subit une situation difficile pouvant la mettre en danger, il est essentiel dans un tel cas et à titre exceptionnel, de demander la permission aux guides de lumière de pouvoir l'aider.

Cela, même si la personne n'est pas au courant, car si nous lui demandions directement sa permission, elle ne pourrait pas comprendre le bien fondé de la demande.

Ceci peut déclencher un conflit de conscience en nous, parce que nous pouvons avoir le sentiment d'outrepasser nos droits. Or, la situation est comparable à une non-assistance à personne en danger : nous intervenons, avec l'autorisation des guides, car c'est notre devoir.

Ceci étant, nous n'avons pas à attendre de réponse pour agir, le simple fait d'avoir demandé suffit.

Si cela n'a pas lieu d'être, notre action sera purement et simplement annulée. C'est sous cette formule qu'il est préférable de demander l'autorisation aux plans supérieurs.

Témoignage

Après avoir travaillé à distance sur le compagnon d'une élève, je lui téléphonais pour l'informer du travail que je venais juste d'opérer sur lui après avoir demandé l'autorisation aux "êtres de lumière". Je lui expliquais que j'avais enlevé de nombreuses charges situées dans son corps éthérique.

Elle me répondit que c'était incroyable car elle venait tout juste de quitter cette personne à qui elle avait donné rendez-vous dans un café. Elle ajoutait qu'à cet instant précis où je travaillais sur lui, elle avait remarqué qu'il avait des douleurs au niveau du bassin qui lui avaient fait changer de position à plusieurs reprises.

Nous constatons dans ce cas la réalité de ce que l'on nomme l'action à distance.

Néanmoins, si nous progressons correctement, nous constaterons combien l'action à distance est efficace. Lançons-nous et nous prendrons rapidement conscience que tout est simple à condition d'y croire et d'expérimenter en toute sincérité. Nous remarquerons rapidement qu'il s'agit de quelque chose de réel que nous n'avions pas l'habitude d'appréhender.

Témoignage

Une dame m'avait demandé de travailler à distance sur elle ainsi que sur son fils Pierre.

Après avoir effectué un travail sur elle, je lui demandais si son fils était informé et d'accord. Elle me répondit que non seulement il était au courant mais qu'il était aussi très ouvert à ces choses-là.

Je décidais donc de commencer immédiatement, puis quelques dizaines de secondes plus tard, je ressentais quelque chose de particulier et lui demandais " mais où est-il à l'instant ?" Elle me répondit qu'il se promenait avec des amis.

Suite à mon ressenti, je lui précisais qu'il était préférable d'arrêter et de reprendre ce travail dans la soirée, de noter la minute précise où je m'étais arrêté de travailler sur lui.

Le soir même, elle me rappela en me disant qu'au moment même où nous avions arrêté le travail, son fils Pierre, qui était alors à Meaux avec ses amis, avait été pris d'un malaise.

Nous voyons bien que l'action à distance est une réalité qui ne doit pas être prise à la légère.

Lorsque nous agissons sur une personne, il vaut mieux qu'elle soit d'accord, prévenue que l'on va agir sur elle, et au calme chez elle pour éviter tout problème.

Comme nous l'avons vu dans ce cas, il est préférable de savoir où se trouve la personne sur laquelle nous allons travailler, de manière à éviter le genre de désagrément vécu par le patient.

Par contre, il est impératif de ne pas jouer à l'apprenti sorcier.

Nous pouvons transformer notre réalité, parfois de manière surprenante, s'il n'y a pas de leçon karmique non comprise pour nous en empêcher.

Témoignage

Une de mes élèves, Mademoiselle Géraldine V, était en totale opposition avec un de ses collègues. Ces deux personnes en arrivaient presque à se détester, nous a-t-elle précisé.

Elle m'a donc demandé ce que qu'elle devait faire dans cette situation. Je lui ai répondu en étant "relié ":" envoie-lui de l'amour !"J'étais quelques secondes après, surpris par la réponse immédiate que je lui avais faite alors que j'étais connecté. Je trouve cela osé, mais vu que cela s'était passé en état de connexion, je laissais les choses ainsi sans préciser quoi que ce soit.

Quelques minutes plus tard, elle me dit "c'est fait !". Quinze jours plus tard, je la revois au cours suivant. Elle me raconte alors ce qui lui est arrivé le lendemain alors qu'elle arrivait juste à son travail : elle rencontre son collègue, et à sa grande surprise elle voit qu'ils se saluent sans la moindre animosité. Comme si ce qu'elle a réalisé en cours avait transformé en même temps son collègue.

Cette constatation de changement s'est passée sans que ni l'un ni l'autre n'échange la moindre parole.

Cette expérience fait penser que tout est en lien avec tout et renvoie à la phrase d'Emmet Fox : "c'est le dedans qui fait le dehors".

Envoyer de l'amour aux personnes qui en ont besoin

Nous avons de plus, comme dans le cas précédent, la possibilité d'envoyer de l'amour à la personne qui en a besoin. Rappelons-nous malgré tout de demander l'autorisation avant. Par ailleurs, cette démarche est stimulante pour densifier l'aura d'une personne affaiblie, car l'envoi d'amour stimule non seulement notre organisme, nos corps subtils, mais aussi la totalité de notre être. C'est une bonne chose d'envoyer de l'amour à des personnes âgées, comme nos grands-parents par exemple, cela aura comme action d'agrandir le rayonnement énergétique de leur aura, en les nourrissant aussi au niveau du cœur.

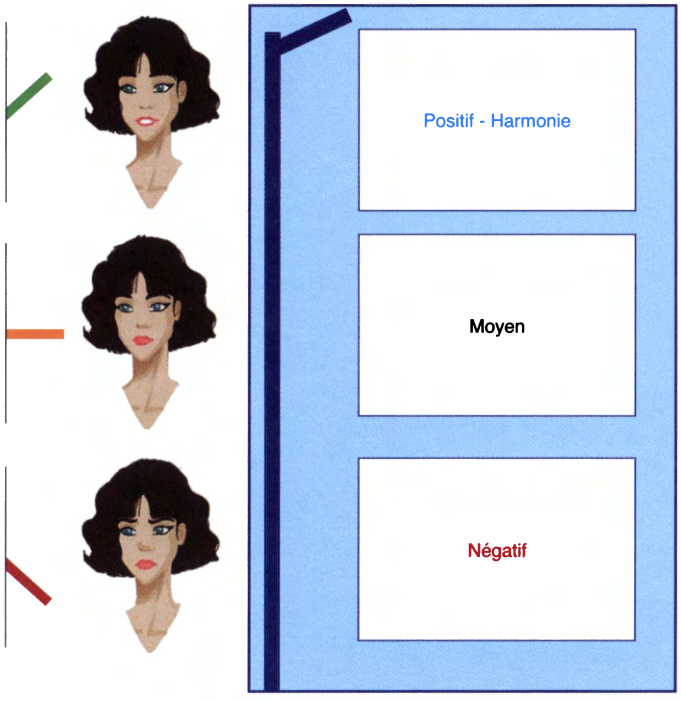
Nous pouvons faire de même sur un organe malade ou déficient d'une personne de notre connaissance en envoyant de l'amour à l'esprit de

cet organe ou à l'organe lui-même. Pour cela, nous devons émettre l'intention d'envoyer de l'amour.
Nous ferons partir l'amour de notre chakra du cœur (entre les seins) dont la couleur est le vert.

Nous visualiserons donc un beau rayon d'amour de couleur verte qui remplira la personne sur laquelle nous agissons. Ce rayon peut également partir de nos mains ou encore de tout notre corps. Tout est une question d'intention. Le résultat final est de visualiser la personne remplie de joie.

Visualiser des curseurs pour améliorer ou transformer un état ou une situation quantifiable

Nous pouvons utiliser le principe du curseur pour améliorer quelque chose qui est quantifiable. Nous visualiserons une transformation ou une amélioration concernant un problème de santé, un état d'âme ou une situation.



Par exemple, dans le cas où une personne manque de plaquettes au niveau sanguin, nous pouvons visualiser que nous montons la manette jusqu'à atteindre la quantité de plaquettes qui lui est nécessaire.

Avec ce procédé, il nous suffit de voir la personne en harmonie au niveau de ses plaquettes et peu importe le nombre exact de celles-ci. Au fur et à mesure que nous montons le curseur, nous visualiserons que la personne est de plus en plus épanouie.

Envoyer un message à l'esprit d'un organe

Si nous devons envoyer un message de guérison à un organe, il est préférable de l'envoyer à l'esprit de cet organe de la même façon que lorsque nous nous adressons à une personne.

Chaque organe possède son esprit et comme tout esprit, il peut avoir besoin d'être compris et réconforté. En agissant ainsi, nous constaterons de manière tangible les conséquences positives que cela pourra avoir.

Si nous désirons entraîner notre clairaudience, n'hésitons pas à essayer de percevoir ce que cet organe tente de nous dire. Si nous percevons correctement ce qu'il nous dit par télépathie, nous risquons d'être surpris !

Il est toutefois important de nous adresser à tout esprit avec amour et respect, ce qui nous permettra d'avoir un véritable échange. L'important sera d'en tenir compte à l'avenir et d'agir en conséquence. Bien des maladies pourraient être évitées si nous étions plus à l'écoute de notre corps physique, de nos corps subtils ou de notre être profond.

C'est souvent lorsque nous allons mal intérieurement que les brèches se font et permettent l'entrée d'une maladie dans nos corps subtils. Plus tard, celle-ci se matérialisera dans notre corps physique.

En agissant de manière positive avec nos organes ou d'autres parties de notre corps, nous entrons en communication, en interaction plus grande avec notre corps physique, ce qui nous donnera la chance de nous aider à retrouver une bonne santé.

Pour terminer, soulignons que lorsque nous désirons juste envoyer de l'énergie à un de nos organes pour le stimuler, il est préférable d'envoyer l'énergie directement à notre organe physique et non à son esprit, puis de visualiser que l'organe fonctionne parfaitement.

Se placer dans un état d'écoute amplifié

Il est judicieux pour ouvrir nos facultés de nous mettre plus à l'écoute de ce que nous sommes, c'est-à-dire de notre esprit au travers de notre intuition, de notre clairvoyance, de notre clairaudience, etc. Cela nous permettra d'être averti de l'intérieur et d'éviter bien des erreurs et des écueils de la vie.

De même, si nous nous mettons plus à l'écoute de ce qui nous constitue, par exemple l'esprit de nos organes, de notre corps physique, de nos corps subtils, nous aurons accès à d'autres "canaux"qui nous permettront d'obtenir des informations qui peuvent être importantes.

Ainsi, cette écoute nous fait accéder à un ressenti plus affiné qui permet à notre corps physique de nous prévenir en cas de danger. Il agit de manière comparable à notre intuition, mais nous prévient des dangers par des réactions corporelles. Cela peut aller jusqu'à ressentir comme si nous étions poussés en arrière devant un danger ou une personne malsaine.

Ainsi, lorsque le ressenti du corps physique est activé, nous sommes prévenus de choses qui dépassent le visible, et le corps physique nous protège de bien des écueils comme le ferait un ange gardien.

Partie 2

Quelles sont les charges négatives qui nous encombrent

"Ce qui n'est pas pleinement compris se répète."

Krishnamurti

"On ne peut faire disparaître ce que l'on refuse d'affronter ouvertement."

Guy Finley

"Celui qui connaît les obstacles les renverse."

Nisargadatta

Pourquoi avons-nous des charges négatives ?

> "Connaître une chose et en vivre une autre est une erreur, un contresens. À partir de là, une tension apparaît. Elle est due au conflit de la pensée et du sentiment. Connaître c'est être."
>
> SWAMI PRAJÑANPAD

> "Le sens des souffrances humaines est de permettre l'accession à un ordre spirituel et à des forces supérieures qui vous libèrent de celles qui ont provoqué ces souffrances."
>
> GRAF DÜRCKHEIM

> "Celui qui veut dispenser la lumière, doit connaître les ténèbres qu'il est amené à éclairer."
>
> LAO TSEU

Il existe deux types de charges énergétiques négatives :

- celles qui proviennent de l'intérieur, c'est-à-dire que nous générons nous-mêmes.
- celles qui sont projetées de l'extérieur sur nos corps subtils.

Pour avancer correctement sur le problème du nettoyage de nos charges négatives, il est intéressant de comprendre le fonctionnement de la loi de résonnance ou d'attraction qui précise que les semblables s'attirent et que les contraires se repoussent.

Nous recevons ce que nous attirons, ce qui signifie que si nous sommes dans un état de mal-être, nous risquons d'attirer plus de négativités. A l'inverse, si nous sommes dans un état positif avec un regard qui minimise l'aspect négatif des choses, il est fort probable que notre vie devienne beaucoup plus belle.

Témoignage

Un jour, j'ai reçu l'appel téléphonique d'une femme qui me demandait de lui donner une consultation. Je lui ai répondu que je ne consultais plus chez moi mais que je travaillais à distance, ce qui donne les mêmes résultats. Elle a insisté, je lui ai confirmé que c'était impossible, que je privilégiais l'enseignement pour lequel je suis appelé plutôt que la thérapie.

Malgré plusieurs refus et comme elle tenait à tout prix à me rencontrer, je lui indiquais que je me rendais sur Paris au moins une fois par semaine et que je pouvais la voir quelques minutes avant mon cours.

Quelques semaines plus tard, alors que j'arrivais en avance, j'aperçus à une dizaine de mètres de moi une femme qui me regardait. Dès que je la vis, je me suis dit "pourvu que ce ne soit pas elle !" Malheureusement c'était bien elle. Je lui proposais donc de me suivre à l'intérieur. Elle me reprocha aussitôt d'être sorti d'un cours vers vingt-deux heures et d'avoir couru dès que je l'avais vue. Je lui répondis qu'il s'agissait de quelqu'un d'autre, que ce jour-là et à cette heure-là je n'étais pas encore sorti de la salle de cours. Elle continua à affirmer que c'était bien moi.

Alors que nous nous étions seuls et sur le point de nous asseoir, j'entendis nettement une voix dans ma tête, comme si quelqu'un me parlait, me disant : "c'est un cas psychiatrique !"

Elle me raconta que son mari était parti pour une autre, entraînant les enfants vers une démission scolaire, ainsi que toute la famille dans le désarroi financier.

Après m'être connecté aux plans supérieurs je lui demandais si elle était prête à entendre la vérité, elle me répondit d'un "oui" bien affirmatif. À cet instant, la même voix me disait intérieurement que non, elle n'était pas capable d'entendre.

Pour en finir avec cette discussion qui n'aurait pas dû être, je lui dis sans qu'elle ne me donne d'informations : "non, madame, vous n'êtes pas envoûtée !" (J'avais entendu qu'elle désirait me voir uniquement pour que je lui donne cette information).

Elle me répondit avec hargne : "si vous me dites cela, c'est que vous ne voyez rien !" Ce à quoi je répondis : "puisque je ne vois rien, je ne vous demande rien." À cela elle me rétorqua : "si vous ne prenez rien, c'est que vous allez me faire quelque chose !" Elle me tendit un billet de 20 € que je refusais, mais elle insista de telle manière qu'il fallait que j'accepte pour en finir avec elle.

Je pris le billet avec la mauvaise impression que l'on a lorsque l'on vit un mauvais rêve que l'on n'aurait jamais dû vivre. Tandis que je la raccompagnais, elle me dit que la mairie et la police étaient contre elle. J'avais envie de lui dire en riant : "maintenant vous avez aussi Serge Boutboul qui est contre vous !" mais la situation ne s'y prêtait pas.

Cela m'a servi de leçon, cette personne m'a rendu service en m'aidant à arrêter d'être gentil et à apprendre désormais à dire un vrai non.

Il est donc essentiel de ne pas nous placer comme des victimes de la vie et d'assumer consciemment nos difficultés ou nos erreurs afin de mieux rebondir et de ne pas chercher chez les autres, la justification de nos propres erreurs de jugement.

Agir ainsi, même s'il n'est pas facile d'accepter nos faiblesses, aura pour conséquence de nous aider à assumer les événements de la vie avec plus de présence et de force plutôt que de les subir.

Malgré tout, il nous arrive de rencontrer des personnes qui rêvent d'être envoûtées, afin de vivre en victimes et de pouvoir garder une alternative extérieure à leurs problèmes.

Pourtant, en dehors de problématiques psychologiques chacun d'entre-nous possède la faculté de projeter ses pensées sur ce qu'il désire, ce que l'on nomme classiquement la création mentale ou la visualisation créatrice.

Malheureusement, pour la plupart d'entre nous il est commun d'avoir reçu au cours de notre vie beaucoup de pensées chargées d'émotions négatives, qu'il s'agisse de pensées antipathiques, de jalousie, de haine ou autres qui ont été projetées sur nos corps subtils et particulièrement sur notre corps éthérique. Ces projections de pensées sont comparables à ce que l'on appelle un empoisonnement psychique. Cela a pour conséquences de souiller, de piéger, voire même de blesser au niveau subtil la personne visée.

De plus, il y a, selon la puissance des pensées projetées, des degrés de gravité partant de la simple pensée négative émise sans intention et qui n'a aucune force donc aucune action sur celui qui est concerné à celle pouvant aller jusqu'à l'acte conscient d'atteindre l'autre dans son intégrité, sa vie et celle de ses proches. Cela se nomme un envoûtement.

Il est important de rappeler à toute personne qui aurait cette mauvaise intention, qu'elle peut recevoir ce que l'on appelle "le choc en retour". Il s'agit du retour de la charge négative qui reviendra tôt ou tard sur son émetteur, plus fortement encore que lors de son émission.

Les personnes qui utilisent ce type de moyens malfaisants s'exposent à aller, après cette vie, vers les plans inférieurs de l'astral et cela, pour une longue période.

Pour revenir sur les pensées projetées, il faut savoir qu'elles se matérialisent sous de multiples aspects sur la personne visée. Par exemple, elles peuvent apparaître sous la forme de tâches sales, de masses d'énergies congestionnées semblables à du goudron jeté sur la victime, dans le but inconscient de la salir ou avoir également l'apparence de flèches, de pointes ou de pieux, se plaçant ainsi sur le corps éthérique.

Mais aussi, selon le niveau de négativité de la projection émise par la personne, on peut constater l'apparition d'une brèche sur la victime, semblable à une petite fuite d'énergie. Cette faille peut dès lors, attirer sur elle de minuscules parasites astraux avides de ces énergies perdues.

Comme nous l'avons précisé précédemment, la plupart des charges se placent principalement sur le corps éthérique ainsi, elles ne suivent pas le défunt sur le plan astral, ce qui est plutôt positif.

Pourquoi faut-il enlever ces charges ?

> "La souffrance donne à l'homme la possibilité de descendre en lui-même pour réfléchir, méditer et attirer à lui des êtres supérieurs qui le guideront et lui viendront en aide. Si vous souffrez en sachant comprendre cette souffrance par laquelle le Ciel veut vous transformer, il sortira de vous un être exceptionnel."
>
> MIKHAËL AÏVANHOV

Il est indispensable de se nettoyer pour discerner avec justesse le monde qui nous entoure.

Si nous sommes remplis de charges émotionnelles et énergétiques de toutes sortes, nous ne pouvons pas être objectifs dans nos perceptions. Nous sommes forcément influencés par ce qui est sur nous et en nous.

Il est donc nécessaire d'être propre et transparent pour pouvoir recevoir d'autres outils qui nous permettront d'aller plus profondément dans certaines perceptions et certaines recherches.

Les clés spirituelles, les aides ou les outils que nous recevons sont en adéquation avec notre ouverture intérieure et avec la fréquence vibratoire qui nous est propre. Ainsi, les personnes qui ont tendance à ramener tout vers elles, auront du mal à recevoir des clés de niveau

supérieur qui pourraient leur permettre d'aider indirectement ceux qui leur sont confiés, à grandir spirituellement.

En travaillant sur cet état de propreté intérieure, nous nous éloignons petit à petit de tout ce qui est négatif pour nous diriger lentement mais sûrement, vers un authentique chemin de lumière.

Toute charge énergétique que nous portons dans nos corps subtils, que ce soit une charge émotionnelles ou des énergies congestionnées agissent à la manière d'un parasite qui nous alourdit. Une énergie congestionnée stagnante sera comparable à un poids que nous porterons en plus. Une charge énergétique active se manifestera par un parasitage qui nous empêchera d'avancer correctement.

Ces charges sont d'origine et de forme multiples. Nous allons, dans ce chapitre, apprendre à les percevoir et à les distinguer les unes des autres.

Le chapitre suivant vous donnera les clés spirituelles pour vous en défaire.

Les projections de pensées provenant de personnes négatives

"L'esprit est son propre lieu, et en lui même peut faire de l'Enfer un Ciel et du Ciel un Enfer."

JOHN MILTON

"Qui est conscient de ses propres fautes oubliera celles des autres."

HAZRAT ALI

Les énergies négatives ou congestionnées

Les énergies congestionnées sont des énergies stagnantes qui ne circulent plus dans notre corps physique. Elles alourdissent la personne qui les supporte, empêchant les bonnes énergies de circuler.

Les pieux astraux

Les pieux astraux sont de fortes projections de pensées négatives qui ont été envoyées sur une personne avec une intention consciente ou inconsciente. Ils apparaissent sous forme de flèches de différents diamètres allant de la flèche la plus petite au pieu le plus gros.

Lorsque l'on en prend conscience, on s'aperçoit que les pieux qui sont souvent source de douleur physique, sont placés généralement sur les chakras.

Les formes pensées

Les formes pensées sont créées par l'homme, généralement de manière inconsciente.

Elles sont le résultat de la fusion des pensées orientées vers un seul et même but et qui se sont assemblées par loi d'attraction. Elles se regroupent, formant ainsi une seule pensée surpuissante que nous appelons une forme pensée.

Elles se nourrissent avec les pensées de la personne qui les a créées, ou d'autres ayant des pensées similaires, et se consolident avec toutes les pensées ayant le même but.

À force d'être nourries, ces formes pensées prennent vie et deviennent autonomes. Elles ont toutefois une vie éphémère qui se terminera lorsque le but fixé sera atteint.

Lorsque la personne ne pensera plus au sujet qui la préoccupait, la forme pensée concernée se désagrègera lentement car elle ne sera plus alimentée.

Les liens de possessivité

"Comprendre, c'est pardonner."

Madame de Staël

Les liens de possessivité ou racines de possession sont, comme le dit le terme, projetés par des personnes très possessives dans le but subconscient de se relier à nous et d'être nourris énergétiquement. Ils se placent généralement sur nos chakras selon le rapport que nous avons avec les personnes concernées.

S'il s'agit à l'origine d'une personne intime, d'un membre de notre famille ou d'un ami, le lien se situera dans le chakra du cœur.

Par contre, s'il s'agit d'une personne pour laquelle nous n'avons pas d'affection, nous retrouverons ce lien dans le 3ème chakra qui correspond à la société ou "aux autres", qui est le plexus solaire situé cinq doigts environ au-dessus du nombril.

Les empoisonnements psychiques

"Qui sème le vent récolte la tempête."

Osée

Certaines personnes malfaisantes ont tendance à désirer ce que les autres possèdent, elles agissent par jalousie, dans le but unique de détruire la vie de ceux qu'ils n'apprécient pas.

D'autres personnes , heureusement plus rares, éprouvent un plaisir malsain à faire du mal aux autres. Ce qui semble faire partie de leur façon d'être. Elles viennent généralement des plans astraux inférieurs où elles retourneront après leur passage sur Terre.

Quelques-unes agissent à distance dans le but de faire du mal à leurs victimes, leur projetant ainsi des énergies malsaines qui auront tendance à les mettre dans un état d'isolement vis-à-vis du monde qui les entoure.

Leur action a tendance à piéger leurs victimes, c'est ce que l'on appelle un maléfice, un envoûtement ou un empoisonnement psychique. Celui-ci peut atteindre tout ce qui touche leurs victimes, ou un axe précis tel que : leurs finances, leur entourage, leur travail, etc. pouvant aller de la simple perturbation jusqu'à la mort.

Il est bien entendu que ce qui est lancé sur une victime reviendra tôt ou tard, par effet boomerang, sur son émetteur.

De plus, ce type d'acte malsain suivra ces personnes dans leur passage sur l'autre plan, les attirant à la manière de criminels vers les plans astraux les plus bas, ce qui n'est pas très enviable.

De la même façon que pour les projections de pensées qui nous ont été envoyées par des tierces personnes, nous avons aussi la capacité d'en projeter sur nous-mêmes. Ainsi, bien des personnes s'empoisonnent psychiquement toutes seules, pensant qu'on leur a véritablement envoyé "quelque chose dans le but de leur faire du mal".

Souvent il n'en est rien, la personne pensant ainsi va s'attirer toutes les négativités possibles par voie de résonance. Les faits seront effectivement là, comme si quelqu'un avait agi sur elle, cela donnera lieu à des manifestations similaires à un empoisonnement psychique, un peu comme un auto-sabotage.

Les charges négatives provenant de notre vécu

"L'homme n'atteint pas toujours ce qu'il désire. Les vents ne soufflent pas toujours comme le veulent les navires."

AL. MOUTANABBI

"Gémir sur un malheur passé, c'est le plus sûr moyen d'en attirer un autre."

SHAKESPEARE

"Ce n'est pas ce qui nous arrive, mais notre réponse à ce qui nous arrive qui nous blesse."

STEPHEN R. COVEY

Les charges émotionnelles

Les charges émotionnelles sont le résultat d'émotions vécues intensément qui ont laissé des traces sur les chakras correspondant à ces émotions. Elles sont souvent actives même si nous n'en n'avons pas conscience, piégeant ainsi nos corps subtils.

Lorsqu'une personne est vraiment libérée d'une charge émotionnelle, elle peut revivre le moment douloureux lié à cette charge sans rien ressentir, comme si elle n'était plus concernée par ce vécu.

Les chakras, du second jusqu'au cinquième, sont des chakras émotionnels.

Correspondance entre les chakras et les charges émotionnelles

Les non-dits

Lorsque nous sommes confrontés aux personnes qui nous entourent, il est parfois difficile, voire même impossible de dire ce que l'on pense.

Cela peut se passer dans le milieu professionnel, dans le milieu familial, dans le couple où une simple discussion peut entraîner de graves conséquences comme des violences très dures à vivre. Se réfugier dans le non-dit est souvent plus facile.

À l'inverse, il arrive que certaines personnes ayant une position sociale avantageuse, un chef de service ou un patron par exemple, outrepassent leurs droits et disent des choses qu'elles ne se seraient pas permises dans un autre contexte. Ce peut être également une personne de notre famille à qui tout est permis à cause de sa colère, de son grand âge ou de non-dits liés aux secrets de famille.

Dans de telles situations, nous n'avons pas pu exprimer notre opinion. Il existe ainsi bien des évènements ou des rencontres que les personnes préfèrent oublier car elles n'ont pas eu droit à la parole et encore moins de se défendre.

En attendant, toutes ces attaques nous ont parfois injustement salis et blessés et cela, devant d'autres personnes. Tous ces préjudices laissent des traces dans nos corps subtils.

Toutes ces paroles négatives reçues à notre encontre doivent être évacuées. Nous verrons comment dans le chapitre 3.

Le karma négatif

> "Les épines que j'ai recueillies viennent de l'arbre que j'ai planté."
>
> LORD BYRON

Le karma est une loi spirituelle, d'action et de réaction : tout ce qui est semé en bien comme en mal sera récolté tôt ou tard. Le proverbe "qui sème le vent récolte la tempête" illustre bien cette loi spirituelle.

Il y a ainsi un karma négatif et un karma positif que nous devons vivre, qui sont la conséquence de nos actes négatifs ou positifs réalisés dans le passé. Le karma est souvent perçu négativement. En effet, nous devons assimiler ses leçons spirituelles en subissant son aspect pratique difficile, ce qui permet de l'épurer, mais n'oublions pas qu'il y a aussi sa partie positive.

Toutefois le simple fait de progresser sur le chemin spirituel permet de supprimer plus rapidement ce karma négatif puisque nous prenons le chemin de lumière.

Par ailleurs, au fur et à mesure de notre évolution intérieure, nous sommes passés d'un karma négatif, où nous nous sommes essayés en tant "qu'âmes jeunes", à toutes les expériences possibles, faisant ainsi l'expérience du bien et du mal. C'est l'un des premiers apprentissages que nous réalisons.

Le choix du mal est le choix le plus facile, c'est pour cela que nous le réalisons surtout à nos débuts. Plus tard, avec le vécu des conséquences négatives de nos actes et après avoir subis les revers douloureux de ce que nous avons fait subir aux autres, nous nous assagissons, préférant choisir le chemin du bien qui est un chemin plus tranquille.

Pour faire ce choix, nous sommes aidés par le temps et la maturité. C'est un choix plus difficile en apparence car il n'entraîne pas de conséquences

négatives et nous permet de passer à une autre façon d'être, bien plus agréable, qui transforme notre vie de manière appréciable.

Les empreintes du karma négatif

Toutefois, même si nous progressons sur la voie spirituelle, nous ne sommes pas exempts d'empreintes de ce karma négatif dépassé.

Ces signatures se manifestent par le fait qu'intérieurement nous ne croyons pas à notre réussite, car si nous nous sommes heurtés à quelques écueils auparavant ou si que nous les avons en mémoire, notre subconscient nous le rappelle, ce qui nous empêche d'y croire. Comme si nous manquions de foi en nous-mêmes, fermant l'horizon de nos "possibles" puisque nous avons à nouveau l'impression d'être encore dans l'échec de nos actions précédentes, dû à notre karma négatif non épuré.

Ce sentiment qui est fortement imprimé dans notre subconscient nous bloque ainsi toute ouverture possible car "nous n'y croyons plus vraiment" alors qu'en fait, nous en sommes sortis.

Le problème provient de ce que nous n'avons eu aucun signe nous avertissant que nous sommes sortis du karma négatif pour aller vers un karma positif permettant de réaliser ce que nous désirons.

Il sera donc nécessaire d'enlever cette imprégnation des blocages du karma négatif dans notre subconscient et de se convaincre que tout nous est désormais possible.

Ce que nous nous sommes programmés

Il faut se rappeler que nous sommes ce que nous pensons et de ce fait, nous devons faire attention aux pensées que nous émettons car elles possèdent un pouvoir qui, s'il est mal utilisé, peut se retourner contre nous.

Ainsi, il arrive parfois que des personnes se programment des affirmations du style : "Si ma fille épousait tel type de personne j'en mourrait !" Ce type d'affirmation pourrait paraître anodin si elle ne tombait pas dans l'oreille de notre subconscient qui a pu prendre en compte la demande. En effet, cette programmation s'imprimera d'autant plus fortement dans notre subconscient qu'elle sera répétée, c'est-à-dire nourrie énergétiquement par celui ou celle qui l'a émise.

Rassurons-nous, cela n'aura aucune conséquence s'il s'agit d'une simple affirmation sans suite car elle ne s'imprime pas en profondeur dans notre subconscient avec une seule affirmation.

Néanmoins, dans le cas où notre affirmation a été renforcée par des pensées successives, une "brèche" peut s'ouvrir et lui permettre de s'introduire dans nos corps subtils.

Heureusement, il s'agit d'un cas exceptionnel qui toutefois existe. Les programmations plus classiques, quant à elles, font obstacle généralement à la réalisation de nos désirs. Elles agissent de la même manière qu'un interdit, nous empêchant d'être, par exemple, heureux, riche ou de faire ce que nous souhaitons. Ces programmations prennent source durant notre enfance, nous permettant ainsi de nous conformer aux valeurs inculquées par nos parents. Il est donc nécessaire de remettre en cause nos acquis et de les réactualiser en fonction de ce que nous sommes vraiment aujourd'hui.

Nos interdits

Nos interdits agissent de la même manière que les empreintes de notre karma négatif en nous bloquant de manière subconsciente ou en nous le laissant croire intérieurement.

Par contre, nos interdits proviennent généralement de la programmation que nous avons faite dans cette vie. Il s'agit souvent de quelque chose que nous nous sommes programmé.

Il sera nécessaire de supprimer cette information qui n'a plus sa raison d'être dans notre subconscient.

Les mémoires du passé

Les mémoires du passé proviennent principalement de vies précédentes, elles reprennent la forme qu'elles avaient à l'origine dans ces vies antérieures.

Dans le cas où nous avons été atteints par une flèche au cours d'une incarnation amérindienne et que nous en sommes décédés, il est probable que nous trouverons la mémoire de cette flèche plantée dans notre corps éthérique.

Ces mémoires se manifestent dans le corps éthérique et dans le corps astral qu'elles traversent à l'endroit précis où le corps physique de cette vie antérieure a été atteint. Cela peut entraîner une gêne, voire même une douleur qui irradie dans le corps physique.

Les vœux périmés

Lors d'une vie précédente, nous avons pu être religieux, prêtre, moine ou moniale et avoir fait vœux de pauvreté et de chasteté. Ces vœux peuvent être à l'origine de bien des sabordages que nous nous infligeons car ils n'ont pas été annulés lorsque nous sommes passés sur l'autre plan, après cette incarnation de religieux. Ils sont comme imprimés dans notre subconscient.

Si dans cette vie, nous avons fait un serment lorsque nous étions par exemple adolescents, dans lequel nous avons mis toute notre conviction, nous engageant intérieurement, de la même manière que pour les vœux religieux, ces engagements ont imprégné notre subconscient avec une forte affirmation, laissant ainsi son empreinte de manière durable.

Le subconscient ne fait pas de distinction entre un serment réalisé lors de notre jeunesse, même si nous ne pouvions en mesurer toutes les conséquences, et notre état actuel d'adulte conscient et responsable. L'impression puissante reste la même, entraînant des conséquences similaires à des vœux qui n'ont plus lieu d'être.

Les liens karmiques avec nos ancêtres

> La vie de la plupart des gens est le reflet de l'influence de leurs pairs."
>
> ANTHONY ROBBINS

Nous descendons tous de parents biologiques connus ou inconnus qui, eux-mêmes, viennent d'une descendance familiale.

De la même manière que nos ancêtres nous ont transmis les aspects génétiques qui composent notre corps physique, nous avons aussi hérité d'un karma collectif familial.

Les pactes réalisés avec les plans subtils inférieurs

"Le mal se fait sans effort, naturellement, par fatalité ; le bien est toujours le produit d'un art."

CHARLES BAUDELAIRE

"La meilleure façon de combattre le mal est un progrès résolu dans le bien."

LAO TSEU

"Il ne dépend que de nous de suivre la route qui monte et d'éviter celle qui descend."

PLATON

Pour solutionner leurs problèmes, certaines personnes se fient à des livres qui leur recommandent d'invoquer une entité. Elles suivent ces conseils en toute bonne foi bien qu'elles n'en connaissent pas la véracité.

De plus, il n'est pas sûr que ces entités ne soient que positives, car certaines d'entre-elles font le bien et le mal, ce qui ressemble fortement à ce que l'on appelle de la magie.

Il me paraît toutefois judicieux de rester prudent concernant ce que l'on appelle une "invocation", car sinon, nous risquons de contracter des dettes envers une entité appelée et son déplacement ne sera certainement pas gratuit !

Rappelons-nous que les êtres de lumière, les anges, les archanges et les êtres supérieurs ou Dieu, n'exaucent pas forcément la personne qui le leur demande, car nous devons tous vivre et assimiler les expériences pour lesquelles nous sommes venus sur Terre.

Les êtres de lumière ne font rien qui ne soit en conformité avec ce qui est juste. Lorsqu'une personne doit traverser certaines épreuves pendant quelque temps, il n'est pas forcément avantageux de les lui enlever si ces difficultés font partie de ses leçons à assimiler. En cas de suppression de ces problèmes, sans assimilation de la leçon spirituelle

correspondante, ceux-ci ne tarderont pas à réapparaître car ils font partie de notre processus d'évolution.

Si un être, quel qu'il soit, nous retire ce qui est nécessaire à notre développement, il ne fera que nous ralentir dans notre progression spirituelle puisque la leçon devra de toute façon être assimilée à un autre moment de notre vie.

Les parasitages provenant des plans subtils

"Plus les circonstances seront contre toi, plus ta force intérieure sera éclatante."

VIVEKANANDA

"Notre pouvoir ne réside pas dans notre capacité à refaire le monde, mais dans notre habileté à nous recréer nous-mêmes."

GANDHI

"Seul l'arbre qui a subi les assauts du vent est vraiment vigoureux, car c'est dans cette lutte que ses racines, mises à l'épreuve, se fortifient."

SÉNÈQUE

Les petits parasites de l'astral et les larves

Les parasites de l'astral sont généralement le résultat d'ébauches de pensées sombres avec des vibrations basses. Elles ont, à force d'être nourries par ces pensées, pris une certaine densité au niveau astral, devenant ainsi de petits parasites.

Ils peuvent avoir la forme de serpents, de petites pieuvres ou d'insectes. Ils sont en recherche permanente d'énergie éthérique qu'ils aspirent principalement sur les chakras de leur victime où ils se placent, ainsi qu'au dessus de la tête.

Les larves sont aussi de petits parasites dont la particularité est de se placer à l'intérieur du corps éthérique du sujet. Elles ont la forme de gros vers semblables à des cigares.

Les larves sont capables d'aspirer de grandes quantités d'énergie vitale sur le corps éthérique, elles s'en nourrissent, et peuvent entraîner leurs victimes vers la dépression nerveuse, voire le désespoir.

Les schèmes

Les schèmes sont des parasites astraux qui ont comme caractéristique d'amplifier certaines émotions de leurs victimes pour s'en nourrir, les poussant vers des pensées pouvant aller jusqu'à l'obsession.

Ces schèmes peuvent être associés à des émotions, par exemple de haine ou de sexe, entraînant leurs victimes à se fixer sur une personne, à la haïr ou à fantasmer sur elle.

La personne qui les subit peut croire que ce sont ses pensées, ses fantasmes ou ses pulsions alors qu'il s'agit d'émanations énergétiques provenant de schèmes.

Les personnes décédées qui ne sont pas montées dans les plans subtils

Les personnes décédées que nous trouvons sur Terre sont celles qui ne sont pas montées vers les plans subtils qui les attendent, soit parce qu'elles ont des résistances et n'acceptent pas le fait d'être mortes, soit parce qu'elles ne veulent pas quitter leurs biens (maison, château, argent) à cause d'une attirance trop forte pour tout ce qui est matériels.

En choisissant de rester, ces défunts nous montrent qu'ils ne sont pas très avancés spirituellement, alors que leur propre plan de lumière, leur famille spirituelle, leurs guides spirituels et leurs anges gardiens les attendent.

Nous retrouvons parfois ces défunts dans l'aura d'une personne. En règle générale, ils ne sont pas négatifs, mais ils ne sont pas à leur place,

car leur simple présence dans une aura absorbe les énergies auriques de la personne qui les supporte.

Il arrive qu'ils restent dans leur maison sans forcément se manifester, vivant en paix avec les nouveaux occupants comme dans les grandes familles.

Par contre, ils peuvent se manifester pour que nous les aidions à s'élever vers les plans supérieurs. Ainsi, il peut nous arriver de ressentir comme si quelqu'un soufflait sur notre visage. C'est parfois le signe de la présence d'une entité.

Les élémentaux de la nature

Les élémentaux sont les esprits de la nature. Ce sont des êtres vivants sur d'autres plans et certains d'entre-eux ont la capacité de rejoindre notre plan terrestre.

Leur fonction essentielle est de s'occuper de la nature au niveau subtil, apportant de cette manière ce qui lui est nécessaire. Il existe ainsi les élémentaux de l'air que l'on nomme les sylphes, les élémentaux de l'eau que l'on nomme les ondines, les élémentaux de la Terre que l'on nomme les gnomes et les élémentaux du feu que l'on nomme les salamandres. Il existe bien d'autres élémentaux de niveau supérieur que l'on nomme les fées et bien d'autres encore qui forment ce que l'on appelle "le petit peuple".

Ils peuvent être perçus par des clairvoyants ou apparaître à des personnes de leur choix qui leur semblent agréables, généralement celles qui aiment la nature.

Ces entités ne sont pas malveillantes pour l'homme. Certaines d'entre elles, tels que les gnomes, peuvent être facétieuses et jouer par exemple avec notre trousseau de clés pendant un certain temps, le faisant disparaître puis réapparaître, comme si de rien n'était, à l'endroit où nous l'avons cherché de multiples fois.

Il faut, dans ce cas, leur demander avec force de nous rendre notre trousseau de clés, de la même façon que l'on agit avec quelqu'un faisant une blague douteuse.

Il est bon de rappeler que la présence et l'action d'élémentaux de la nature, et particulièrement celles provenant des gnomes se manifestent davantage lorsque l'on vit à proximité d'un bois ou d'une forêt.

Les entités provenant du bas astral

Il existe une catégorie d'entités malfaisantes qui a comme particularité d'influencer négativement leurs victimes en leur envoyant des pensées sombres, les poussant parfois à réaliser des actes désespérés. Elles ont tendance à se nourrir de l'énergie de personnes ayant une fréquence vibratoire basse, proche de la leur.

Ce sont ces entités qui recherchent des individus fragiles et influençables pour les incorporer et profiter d'une nouvelle vie, en prenant la place de l'esprit de celui qui a été imprudent.

Nous constatons la présence de ce type d'entités lorsqu'un groupe de personnes appelle la présence d'un défunt en faisant tourner les tables ou en faisant une invocation magique pour interpeler une entité particulière afin d'obtenir des choses ou pour "voir si c'est vrai".

En agissant ainsi, nous augmentons les risques d'être parasités par ce type d'entités. Elles attendent la moindre occasion, tel qu'un appel vers un défunt de notre famille ou d'une entité précise, pour se rapprocher et se mêler aux participants.

Ce genre d'action, qu'il s'agisse de faire tourner les tables ou de réaliser une invocation pour un être situé sur un autre plan, a pour conséquence de mettre les participants dans un état second, ce qui aura tendance à déboîter le corps astral de quelques centimètres du corps physique, laissant ainsi une brèche permettant une incorporation.

La personne visée est souvent la plus influençable et la plus fragile du groupe car elle dispose de moins de résistance. L'entité aura moins de mal à la dominer.

Malheureusement, il y a davantage de chances d'obtenir la présence d'entités du bas astral plutôt que celle de la personne souhaitée, car les demandes faites par curiosité ne montent pas bien haut au niveau des plans subtils. D'autre part, la personne appelée peut ne pas savoir revenir sur Terre, elle peut aussi se trouver sur un plan très éloigné et élevé, ne désirant pas descendre d'un plan de lumière vers un plan de matière uniquement pour satisfaire une question de curiosité.

Les entités qui répondent proviennent rarement des plans supérieurs ; elles sont là pour piéger leurs éventuelles victimes. Même s'il s'agit d'entités peu évoluées, elles perçoivent nettement ce que pensent les personnes qui les ont appelées, se substituant facilement au défunt que les participants croient avoir contacté.

PARTIE 3

COMMENT NOUS LIBÉRER DE NOS CHARGES NÉGATIVES ?

"N'offrir aucune résistance à la vie c'est être dans un état de grâce, tranquillité et légèreté. Cet état ne dépend plus alors que les choses soient d'une certaine manière, bonnes ou mauvaises."

ECKHART TOLLE

"Les tentations de l'extérieur continuent à m'assaillir, mais il n'y a plus rien à l'intérieur qui leur réponde."

SWAMI RAMATIRTHA

"Le plus haut degré de la sagesse humaine est de savoir plier son caractère aux circonstances et se faire un intérieur calme en dépit des orages extérieurs."

DANIEL DEFOE

Comment prendre conscience de ces charges ?

"De l'irréel résulte l'impuissance ; ce que nous ne pouvons concevoir, nous ne pouvons le maîtriser. "

WILHELM REICH

"Tout ce que nous prenons conscience n'est fait que de matériaux psychiques."

CARL JUNG

"Il y a ce qui nous tourmente plus qu'il n'est nécessaire, ce qui nous tourmente avant qu'il soit nécessaire, ce qui nous tourmente alors que ce n'est absolument pas nécessaire.
Notre douleur, nous l'augmentons, nous l'anticipons, nous l'inventons."

SÉNÈQUE

Pour prendre conscience des charges énergétiques que nous portons dans nos corps subtils, il est nécessaire d'être à l'écoute de soi-même.

Nous devons cesser de ne fonctionner qu'avec notre mental et être plus dans le ressenti. En agissant de cette façon, nous ouvrons d'autres "portes" de perceptions. Ainsi, d'autres types d'informations nous parviendront, confirmant notre intuition et transformant de manière évidente et positive notre façon de percevoir le monde, ce qui nous entoure et notre manière d'être ouverts.

Enfin, ces nouvelles informations nous préviendront de dangers éventuels qui peuvent apparaître sur notre route. Il sera ensuite nécessaire d'exercer notre nouveau ressenti qui se déploiera au fur et à mesure de son développement.

Par ailleurs, nous pouvons augmenter ce ressenti par des exercices appropriés dont celui de l'"effet ballon" que nous avons expliqué au chapitre 1.

De ce fait, ce qui a été ressenti à une distance de 10 cm au départ doit être accru au point de ressentir "cet effet ballon" avec nos mains et bras écartés au maximum. Il faut préciser qu'une ou deux minutes d'exercices pendant quelques jours accroîtront notre ressenti de manière significative.

Il est important d'acquérir certains réflexes avant de commencer à se nettoyer ou nettoyer quelqu'un de ses charges négatives.

Le premier réflexe est de demander une protection en nous adressant aux plans supérieurs afin de ne pas prendre de charges, c'est essentiel avant toute action. Vous pouvez ainsi créer une coque psychique pour vous protéger (voir le livre *Développez vos facultés psychiques et spirituelles*).

Le deuxième réflexe est de se brancher aux plans de lumière. Pour cela, nous pouvons visualiser que nous étirons notre tête et notre thorax jusqu'à atteindre l'astral supérieur. Le simple fait de s'étirer ainsi au niveau subtil permet d'avoir une connexion supérieure.

Lorsque nous ressentirons un état de légèreté et de subtilité supérieure, nous pouvons arrêter. Nous constaterons alors que nous n'avons plus de pensées dans notre esprit et que nous sommes passés de l'état cérébral bêta, qui est celui qui correspond au mental inférieur, à l'état cérébral alpha, qui est celui qui correspond à la pensée du cœur. D'où la raréfaction des pensées qui, nous le remarquerons, seront plus légères.

Le troisième réflexe est de demander, selon notre préférence, aux plans supérieurs, à nos guides spirituels, aux anges, aux êtres de lumière qui nous accompagnent, au Christ, à la Vierge ou à Dieu, qu'ils nous permettent de réaliser ce nettoyage en formulant : "Que ce que j'ai l'intention de faire pour aider telle personne soit permis et dans le cas contraire, que ce soit non autorisé ou annulé". Nous n'aurons pas

forcément la réponse positive ou négative, l'important est d'en avoir fait la demande.

Grâce à cette demande, nous nous mettons sous la protection des "êtres de lumière", évitant ainsi de commettre des erreurs et de ne pas nous charger au niveau karmique. Si nous aidons quelqu'un en lui enlevant une de ses charges alors qu'il s'agit d'une charge karmique, c'est-à-dire qu'il doit la vivre de toute façon, nous l'empêchons peut-être d'évoluer. Il est possible que la personne ait choisi cette épreuve avant de venir sur cette terre afin de progresser.

Nous constaterons souvent que dans ce cas, nous n'aurons aucun résultat si nous essayons de l'aider et la problématique se représentera autant de fois que nécessaire. Le jour où elle aura compris du fond du cœur ou pardonné si nécessaire, la charge se décrochera comme si elle n'avait jamais existée.

Il est essentiel, pour celui qui veut progresser, de rester dans un état intérieur d'humilité. Cet état d'humilité nous garde ainsi en éveil et nous évite des chutes intérieures.

Témoignage

Une thérapeute m'avait adressé une dame qui était dérangée par des entités. Cette thérapeute n'avait pas réussi à l'aider à tel point qu'elle doutait d'elle-même et se remettait en cause dans sa capacité de thérapeute.

Je pris contact avec cette dame qui me répéta plusieurs fois : "Faites l'impossible Monsieur Boutboul !" Je me mis donc au travail et je constatai rapidement que mes énergies me quittaient comme si je ne devais pas m'occuper de cette personne.

Je recommençai une seconde fois en refusant cet état de fait pour constater de nouveau que mes énergies m'abandonnaient au moment d'agir. C'était pour moi le signe que je ne pouvais pas et ne devais pas l'aider.

Il est important d'écouter son ressenti. Lorsque nous prenons conscience en commençant un travail énergétique, que non seulement nos énergies nous abandonnent mais qu'en plus nous n'avons pas l'afflux d'énergie provenant des plans supérieurs, nous devons en tirer les bonnes conclusions car dans le cas contraire, nous risquons d'aller à l'inverse de ce qui est demandé.

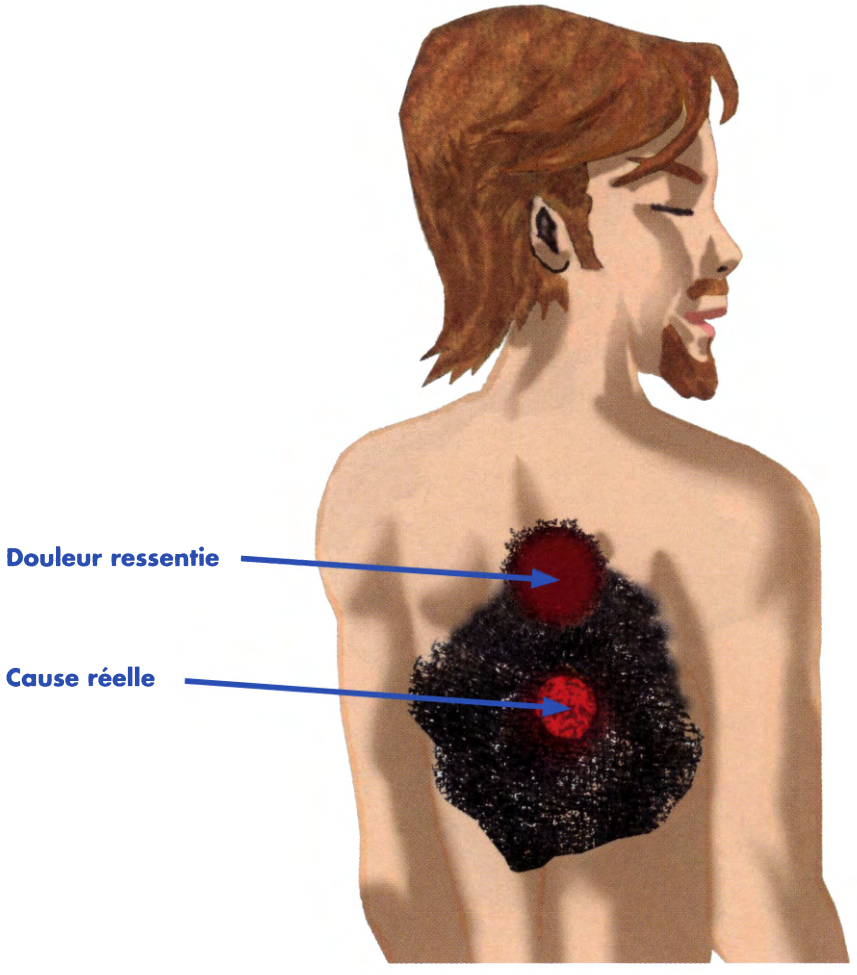
Si quelque chose peut être fait, nous sommes accompagnés par les énergies des plans de lumière. Cet afflux d'énergie supérieure nous place dans un état de branchement élevé qui nous met ainsi dans une joie intérieure en accomplissant ce travail.

Dans le cas présent je ressentais un malaise qui grandissait en moi au fur et à mesure de ma démarche. En me connectant sur les plans subtils, je compris que cette personne avait à subir une charge d'origine karmique. Aucune action n'était possible pour l'aider. En me reliant à nouveau, j'ai reçu l'information comme si quelqu'un me parlait à l'oreille, me précisant que cette personne était "ombrée" et orientée vers le bas astral.

J'ai eu la confirmation de cela grâce à plusieurs techniques différentes me prouvant que je ne pouvais rien faire vis-à-vis d'elle. J'ai ensuite appelé la thérapeute qui me l'avait envoyée, dans le but de la rassurer. Je lui ai expliqué qu'elle ne pouvait réellement rien faire pour cette personne car elle subissait la conséquence karmique d'actes négatifs vécus dans ses vies antérieures. De plus, je lui signalai que cette personne lui avait été envoyée, sans que cette dernière en ait conscience, dans le but de la déstabiliser afin qu'elle arrête sa profession.

Il est nécessaire d'être bien connecté avec les plans de lumière, cela permet de nous orienter rapidement vers le problème concerné. Ne soyons pas étonnés d'être dirigés pour travailler à tel endroit du corps du patient, laissons-nous guider.

Nous constaterons qu'en travaillant ainsi avec "les êtres de lumière", notre travail devient non seulement plus efficace mais il est en plus, accompagné et réalisé dans un état de paix intérieure qui nourrit le thérapeute pendant qu'il s'occupe de son patient.



Lorsque nous avons une douleur émise au niveau du corps physique et que nous avons de l'énergie stagnante sur cette zone, la douleur est comme déviée et atténuée à cause de la présence de cette énergie stagnante. En enlevant cette énergie, il arrive fréquemment que la personne ressente que sa douleur ne se situe plus au même endroit mais qu'en plus, elle est comme amplifiée. Il est toutefois préférable de supprimer cette charge énergétique stagnante même si elle amplifie notre douleur car elle fait apparaître la vraie cause de notre problème qui était auparavant dissimulée.

Recommandation

Il arrive, lorsque nous enlevons sur nous même ou sur un patient, une grande charge négative, que la personne concernée ne se sente pas bien. Rassurons nous, ce phénomène est passager. Il est dû au fait que cette libération désorganise provisoirement le corps éthérique ou le corps astral concerné.

Pour remettre les choses en ordre, il est nécessaire de remplir le corps éthérique de matière éthérique, puis le corps astral de matière astrale. Ceci afin de combler le vide qui a été créé.

Nous visualiserons donc le corps éthérique (de couleur noire) se remplir de matière éthérique de la même couleur. Il est bon de rappeler que nous précisons de matière et non d'énergie. Nous commencerons ainsi par les pieds en remontant vers la tête. Nous agirons de même pour le corps astral en visualisant qu'il se remplit de matière astrale de couleur argentée.

Nous remarquerons que lorsque ce vide sera comblé, la personne se sentira mieux.

Pour rappel : il est impératif de mettre de la matière éthérique puis astrale et non de l'énergie.

Comment nettoyer les projections de pensées négatives ?

> "Si l'on est blessé par une flèche empoisonnée, l'important est d'abord de la retirer, ce n'est pas le moment de s'interroger d'où elle vient, qui l'a tirée, de quel poison il s'agit."
>
> TENZIN GYATSO
> Dalaï Lama

Nous disposons, pour nous libérer de charges négatives, de moyens extérieurs que sont les aides provenant des plans supérieurs ou de moyens intérieurs provenant de nos potentiels spirituels.

Les moyens extérieurs

Nous pouvons appeler de l'aide au travers d'une prière qui peut être simplement une demande et un accompagnement afin d'être connectés, d'être protégés, de recevoir des informations par le canal de l'intuition, de la clairvoyance ou de la clairaudience.

Nous pouvons aussi être entourés d'énergie provenant des plans de lumière pour nous accompagner dans le nettoyage de nos charges subtiles et enfin bénéficier de la présence de guides ou d'anges de guérison ou autres. Il en est de même pour les demandes de protection qui peuvent être adressées aux êtres spirituels supérieurs qui sont des références pour nous.

Les moyens intérieurs

Lorsque nous avons acquis un ressenti plus affiné, nous pouvons percevoir où se situent les charges énergétiques et ainsi utiliser nos

mains astrales pour enlever les charges négatives à la surface ou à l'intérieur du corps physique.

Par visualisation, nous avons la faculté de créer des outils astraux qui nous permettront de supprimer, d'enfermer, de déplacer ou de détruire les charges négatives enlevées.

Ceux qui sont appelés à être thérapeutes doivent particulièrement se protéger au niveau psychique lors des nettoyages qu'ils effectuent, d'autant plus s'ils travaillent avec un grand nombre de patients dont ils nettoient les charges négatives.

Il en est de même pour leurs intentions qui doivent être pures, permettant ainsi d'avoir des connexions spirituelles élevées.

Se servir de la douche psychique

La douche psychique permet de nettoyer extérieurement les négativités reçues récemment, c'est-à-dire dans la journée ou la veille.

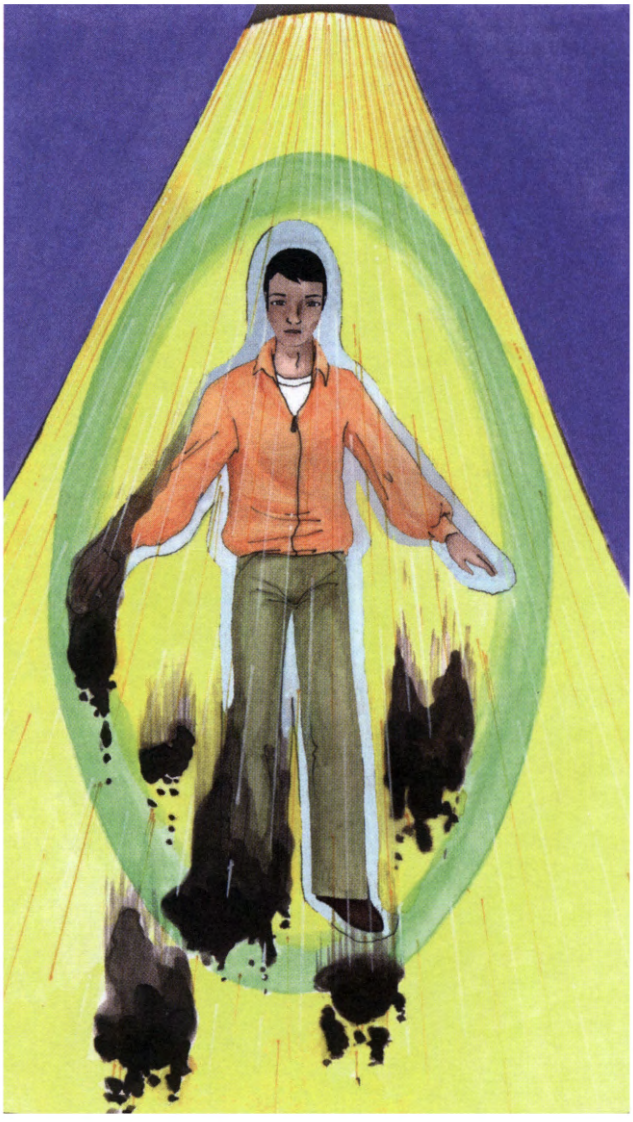
Nous avons pu les émettre à notre encontre en ayant des pensées négatives envers nous-mêmes ou les recevoir de quelqu'un de mal intentionné.

Elles peuvent être placées dans notre aura ou dans notre corps éthérique où elles sont restées accrochées.

Pour les enlever, il suffit de visualiser que nous sommes sous une douche de lumière qui effleure l'extérieur de notre corps physique.

Nous pouvons aussi demander à cette douche de nettoyer l'intérieur de notre corps physique, de notre corps éthérique et aussi de notre aura, ce qui aura pour effet de nous arroser dans un rayon de 50 cm environ autour de nous.

En réalisant cette visualisation avec minutie, nous verrons tomber sous forme de masses sombres les charges visées et nous ressentirons qu'il



ne s'agit pas de notre imagination, mais d'une création mentale, ayant pour effet de nous dégager de ces négativités.

Nous constaterons après cette douche que nous avons une plus grande légèreté, proportionnelle à la quantité de charges émotionnelles qui nous encombraient auparavant.

La douche psychique permet, lorsque nous avons eu des soucis dans la journée nous empêchant de nous endormir, de pouvoir enlever les charges émotionnelles restantes, apaisant ainsi rapidement notre mental.

Réaliser un gommage énergétique sur notre corps éthérique

Le gommage permet de nettoyer les énergies négatives plus anciennes qui se sont cristallisées principalement sur notre corps éthérique. Elles proviennent de nous-mêmes ou de personnes négatives. Elles sont restées accrochées sur notre corps éthérique, ne faisant qu'un avec lui, l'alourdissant de multiples charges émotionnelles.

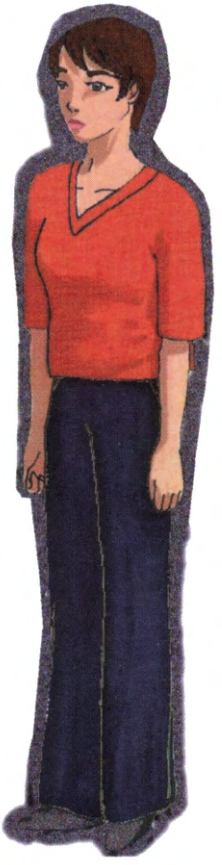
Quand nous voulons effectuer un gommage, il faut agir comme si nous enlevions un épais tissu, comparable à une robe de moine avec capuche.

Nous nous placerons derrière la personne pour attraper cette matière éthérique sale, en visualisant que nos mains astrales sont sorties à quelques centimètres de nos mains physiques et qu'elles font l'action de racler la matière éthérique congestionnée. Nous rentrons nos mains astrales à 3 cm environ sous sa peau.

Nous accompagnerons nos mains astrales en faisant les mêmes gestes avec nos mains physiques. Si nous le faisons correctement, nous constaterons que nous ressentirons dans nos mains physiques ces charges énergétiques qui sont généralement piquantes.

Nous commencerons au-dessus de sa poitrine, puis nous remonterons tout doucement vers la tête, pour enfin descendre du dos jusqu'aux pieds.

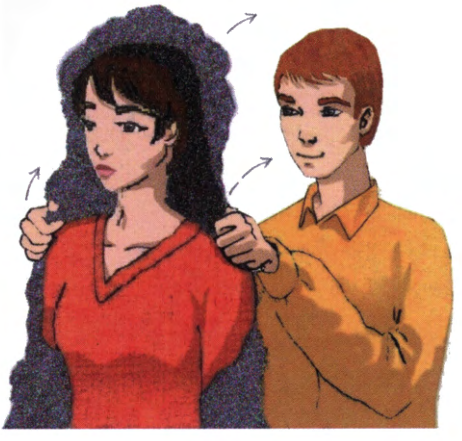
La partie suivante consiste à faire de même pour l'avant du corps, reprenant à partir du dessus de la poitrine, pour descendre jusqu'aux pieds. Nous remarquerons que cette matière a tendance à rester accrochée sous les pieds, il est important de tirer doucement en visualisant qu'elle se décroche.



Il ne faudra pas oublier nos membres supérieurs à partir desquels nous terminerons notre gommage. L'important étant d'enlever toute la charge énergétique stagnante située sur le corps éthérique.

Il faudra, pendant cette visualisation, percevoir de façon nette qu'après notre passage, notre corps physique devient propre comme s'il était blanc immaculé.

Lorsque nous aurons récupéré l'ensemble de cette matière éthérique, nous pourrons visualiser que nous la détruisons en l'envoyant dans de la lave en fusion, au centre de la Terre.



Avant dégagement

Après dégagement

Témoignage

À la fin d'un cours, je proposai de faire le nettoyage du corps éthérique d'une personne présente.

Je lui dis de se placer en face de l'équipe de manière à ce que les élèves puissent voir les changements s'opérant sur son visage. Chacun put remarquer ces changements.

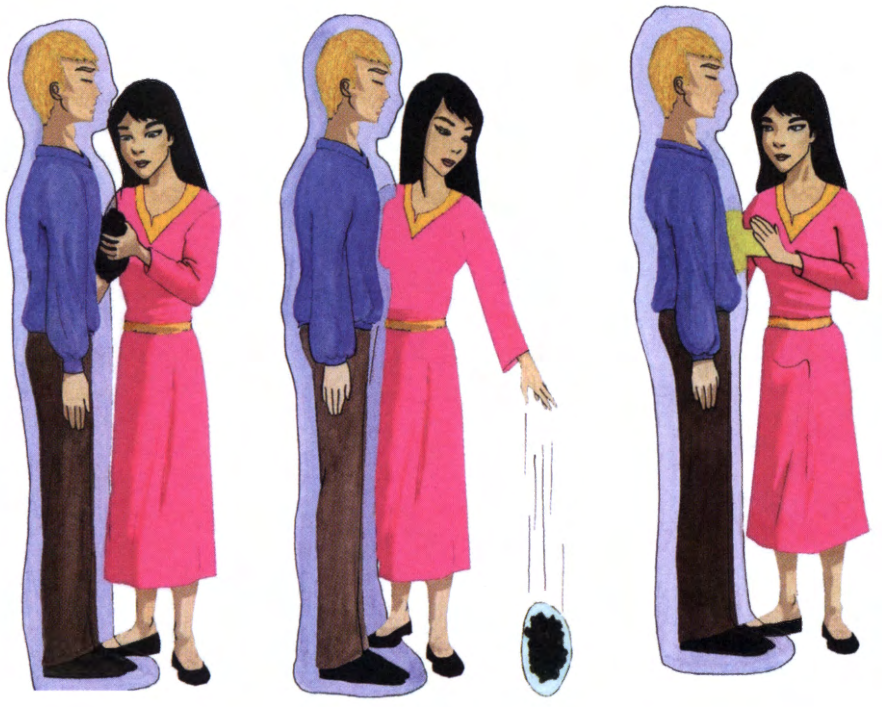
Le plus amusant est que, bien qu'elle gardât les yeux fermés pendant que je lui nettoyais son bras gauche, celui-ci s'élevait tout doucement au fur et à mesure que je le nettoyais, jusqu'à être parallèle au sol. Les personnes présentes ont pu observer ce phénomène au fur et à mesure du nettoyage.

Lorsqu'elle ouvrit les yeux et qu'elle découvrit son bras tendu, elle poussa un petit cri de surprise en le voyant ainsi. Ce qui fit rire toute l'équipe présente.

Nous voyons dans ce cas que les mouvements du corps physique suivent généralement ceux du corps astral.

Utiliser nos mains astrales à l'intérieur du corps éthérique

Il est nécessaire d'enlever les énergies congestionnées et stagnantes situées dans nos chakras, à l'intérieur de notre corps éthérique afin de s'en débarrasser pour que notre corps physique bénéficie d'une circulation d'énergies correctes. Dans le cas contraire, elles deviennent des charges immobiles et lourdes énergétiquement, empêchant les bonnes énergies de circuler.



Il est préférable de créer astralement un gant dans lequel nous placerons notre main astrale Ensuite, avec celle-ci, nous attraperons l'énergie congestionnée qui s'y trouve.

Il faudra ensuite recharger le chakra correspondant avec de nouvelles énergies, afin que le chakra affaibli reprenne correctement de la force.

Dans le cas où la personne est faible, nous sentirons son aura près du corps. Il faudra dynamiser l'ensemble de ses chakras. Nous percevrons à un certain moment que son aura s'est agrandie, en volume et en force : nous le ressentirons tactilement par l'énergie que nous discernerons de façon plus dense.

Il ne faudra pas oublier ensuite, d'envoyer les gants astraux dans la lave. Si nous n'en avons pas mis, nous nettoierons nos mains de l'énergie congestionnée qui s'y est accrochée en visualisant qu'elle tombe dans la lave ou en passant nos mains et nos avant-bras sous l'eau fraîche. Il est aussi indispensable de nettoyer la pièce où nous nous trouvons, en projetant les énergies restantes au centre de la Terre.

Bien des magnétiseurs envoient de l'énergie sur ces parties du corps déjà encombrées énergétiquement et s'ils ne parviennent pas à dissoudre cette masse stagnante, cette énergie augmentera la quantité d'énergie congestionnée et bloquée.

Dans le cas contraire, s'ils parviennent à dissoudre la masse d'énergie stagnante, celle-ci sera dispersée dans le corps du patient. Elle se désagrégera dans le circuit énergétique suite à l'impulsion énergétique émise par ces magnétiseurs.

Créer un tamis de matière astrale

Nous pouvons visualiser la matière astrale sous forme d'une plaque solide semblable à un tamis que nous passerons à travers notre corps physique, enlevant toute énergie négative congestionnée, accrochée à l'intérieur de notre corps.

Pour commencer, il faudra passer la plaque au-dessus de notre tête, puis la descendre jusque sous nos pieds afin d'enlever les charges négatives.

Dès que tout le corps a été tamisé, il est recommandé de jeter le tamis avec ces énergies négatives en les expédiant par visualisation dans le

centre de la Terre. Il est préférable, pour être sûr de bien nettoyer, de créer un nouveau tamis pour chaque passage.

L'important est d'avoir l'intention que toutes les négativités soient emportées avec le tamis.

Nous constaterons que même si nous agissons ainsi, il faudra réellement plusieurs passages pour se sentir bien dégagés.

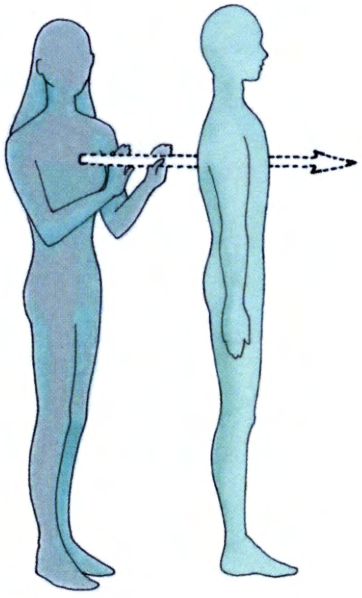
Malheureusement, les négativités ne s'enlèvent pas en une seule fois. La raison en est qu'elles ont été envoyées à des moments différents et qu'elles sont donc à des fréquences différentes. Elles doivent donc être ôtées fréquence par fréquence. De plus, certaines charges sont plus fortement accrochées que d'autres.

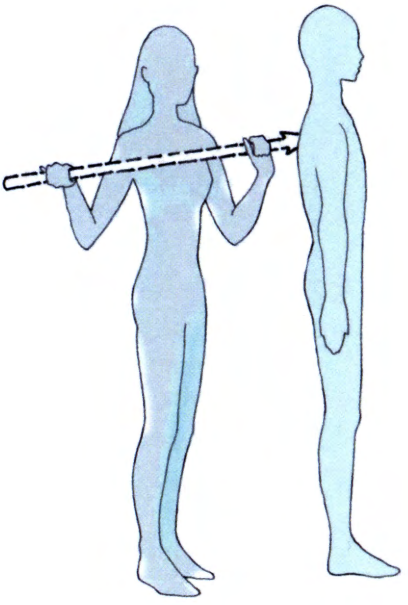
Savoir retirer les pieux astraux

Certaines personnes malveillantes ont un esprit très affûté, au point que si elles haïssent quelqu'un, elles projettent leurs pensées avec une telle force que ces pensées se matérialisent sous forme de flèches, de pics ou de pieux.

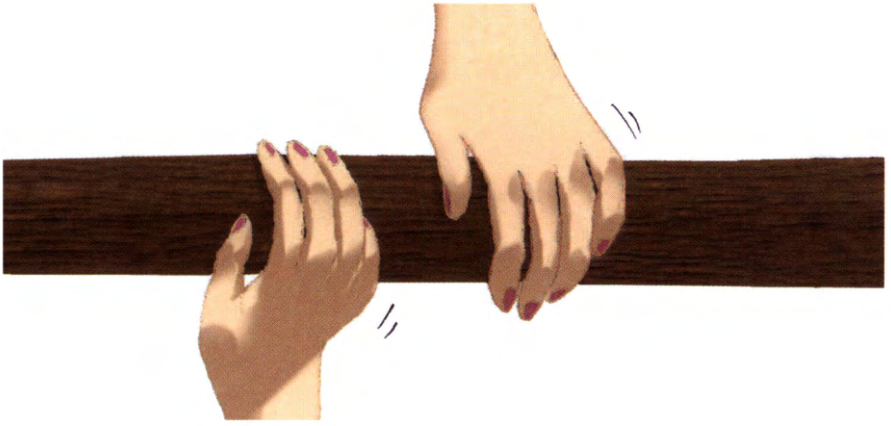
Avec l'habitude, nous constaterons que les ressentis tactiles de pieux ou corps étrangers sont plutôt chauds ou tièdes. Il s'agit parfois de mémoires de vies antérieures (comme dans l'exemple précédent) qui

sont restées dans le corps éthérique du sujet. Elles ont pour effet de ressortir à l'extérieur du corps physique de la personne concernée.





Il faudra donc enlever tous ces corps étrangers pour que les corps énergétiques fonctionnent correctement. Pour cela, nous devrons descendre de haut en bas nos deux mains parallèles au sol, paumes vers le bas, à une distance de 5 cm environ de notre corps physique. Nous sentirons nettement que nos mains butent sur quelque chose d'invisible.



A ce moment là, fermons tout doucement les mains sur l'objet pour le saisir correctement. La plupart des erreurs, viennent du fait que nous refermons trop rapidement nos mains et dans ce cas nous ne l'attrapons pas.

Il est donc nécessaire, lorsque nous le tirerons en arrière, pour l'enlever du corps de notre patient, d'agir lentement sans perdre la sensation de l'objet que nous tenons.

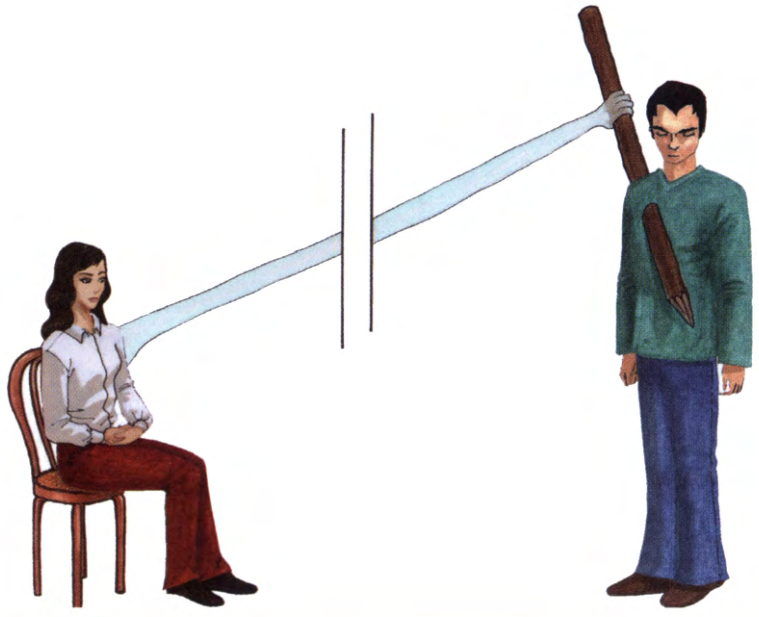
Nous pourrons, avant de le détruire, mettre ce corps étranger dans les mains de notre partenaire pour qu'il le ressente à son tour.

Nous le lancerons ensuite par visualisation soit dans la lave au centre de la Terre, soit nous le transformerons en lumière.

Notre patient ressentira de la chaleur ou des vibrations à

l'endroit même où se situait ce corps étranger, nous prouvant ainsi que nous l'avons bien enlevé.

Nous pouvons aussi projeter notre main astrale à distance pour enlever des pieux astraux.



Témoignage

Un jour, j'ai reçu un appel téléphonique d'une dame en pleurs qui avait très mal à la gorge et dont la douleur irradiait jusqu'au milieu des poumons.

Elle me demandait si je pouvais intervenir rapidement car elle était bloquée et la douleur l'empêchait de respirer.

Tout en parlant, je vis qu'elle avait comme un pieu situé au niveau de son chakra du cou. Je lui précisais ce que je trouvais en clairvoyance, puis avançant mon bras astral jusqu'à elle, je lui retirais le pieu. ⇩

Cela produisit un effet surprenant, elle eut une éructation d'environ 40 secondes, parsemée de quelques "excusez-moi" tant elle était confuse.

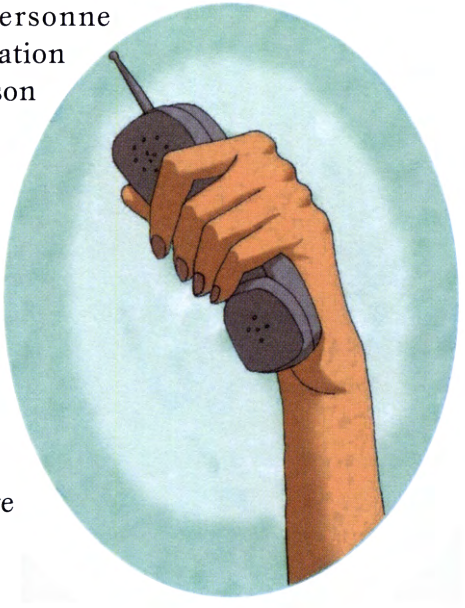
Dans cette situation, le plus important était que son blocage ait disparu.

Certaines expressions populaires nous confirment de façon imagée cette réalité, telles que : "S'il avait eu des mitraillettes à la place des yeux", "J'en ai plein le dos", "Je m'en suis pris plein la tête", "Tu me fends le cœur".

Et comme le précise Baltasar Morales : "Les flèches percent le corps, et les mauvaises paroles l'âme."

Se protéger lors d'une conversation téléphonique

Il arrive parfois qu'une personne proche profite d'une conversation téléphonique pour déverser son mal-être.



Nous reconnaitrons ce processus inconscient de cette personne par le fait qu'elle parle sans arrêt de ses problèmes, les répète en boucle et ne nous écoute pas.

Veillons à rester en dehors de toute empathie et à ne pas être

"gentil", mais plutôt vrai vis-à-vis de ces personnes qui aspirent inconsciemment nos énergies.

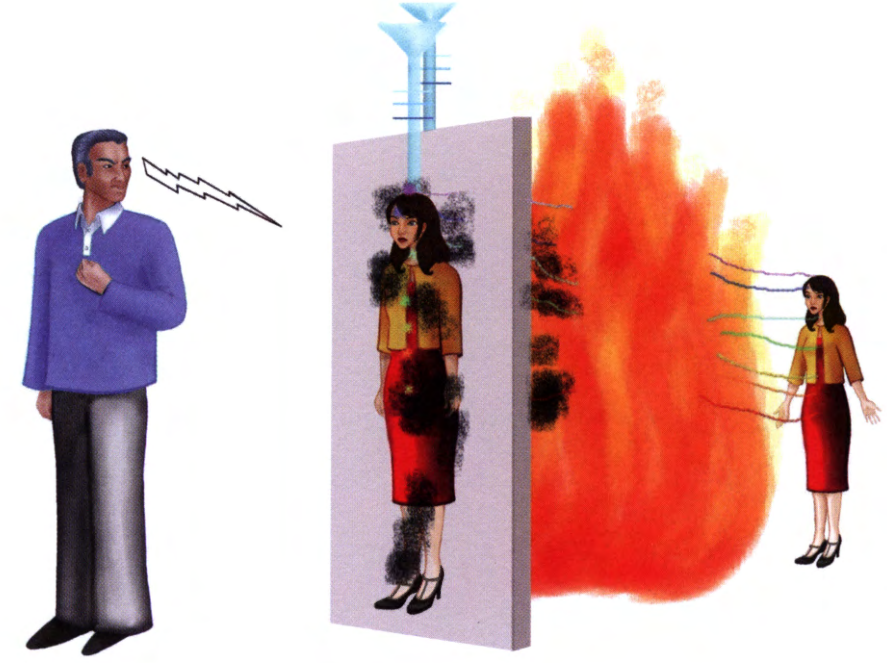
Nous devons être vigilant et ferme intérieurement afin de ne pas subir un transfert d'énergie qui se réalise généralement lorsque nous relâchons notre attention.

Dans le but de nous protéger, nous pouvons créer une coque psychique autour du téléphone, elle aura pour fonction de récupérer la négativité que nous enverrons ensuite dans la lave.

Créer un instrument astral permettant de parer les projections négatives

Il est difficile de nous protéger des projections négatives, répétitives de personnes qui nous veulent du mal.

Si nous sommes dans le cas où nous subissons ces attaques, nous pouvons créer "un leurre" qui récupérera à notre place, les charges projetées. Pour le réaliser, il nous faudra visualiser une plaque de 2 mètres de hauteur sur 1 mètre de largeur et d'une épaisseur de 20 centimètres.



Nous fixerons sur cette plaque une représentation de notre corps physique et avec la force de notre intention, nous visualiserons que nous placerons sur ce leurre un atome de chacun de nos chakras lui donnant ainsi nos 7 fréquences énergétiques. Grâce à ce procédé, les projections négatives iront directement sur cette cible.

La plaque et notre représentation seront reliées aux plans de l'astral supérieur par deux tubes que nous placerons l'un sur la partie supérieure de la plaque et l'autre sur notre image. Avec la force de notre intention, nous les visualiserons s'élevant jusqu'aux plans de l'astral supérieur où ils s'ouvriront, semblables à des entonnoirs d'un diamètre d'un mètre environ.

Avec foi, nous visualiserons que tout cela se réalise d'une seule pièce, incassable, invisible et imperceptible pour toute présence provenant des plans subtils afin que cet ensemble soit exempt de parasitage.

Nous ordonnerons ensuite que des énergies et de la matière astrale descendent en quantité suffisante dans le tube pour que cet instrument se reconstitue à l'infini.

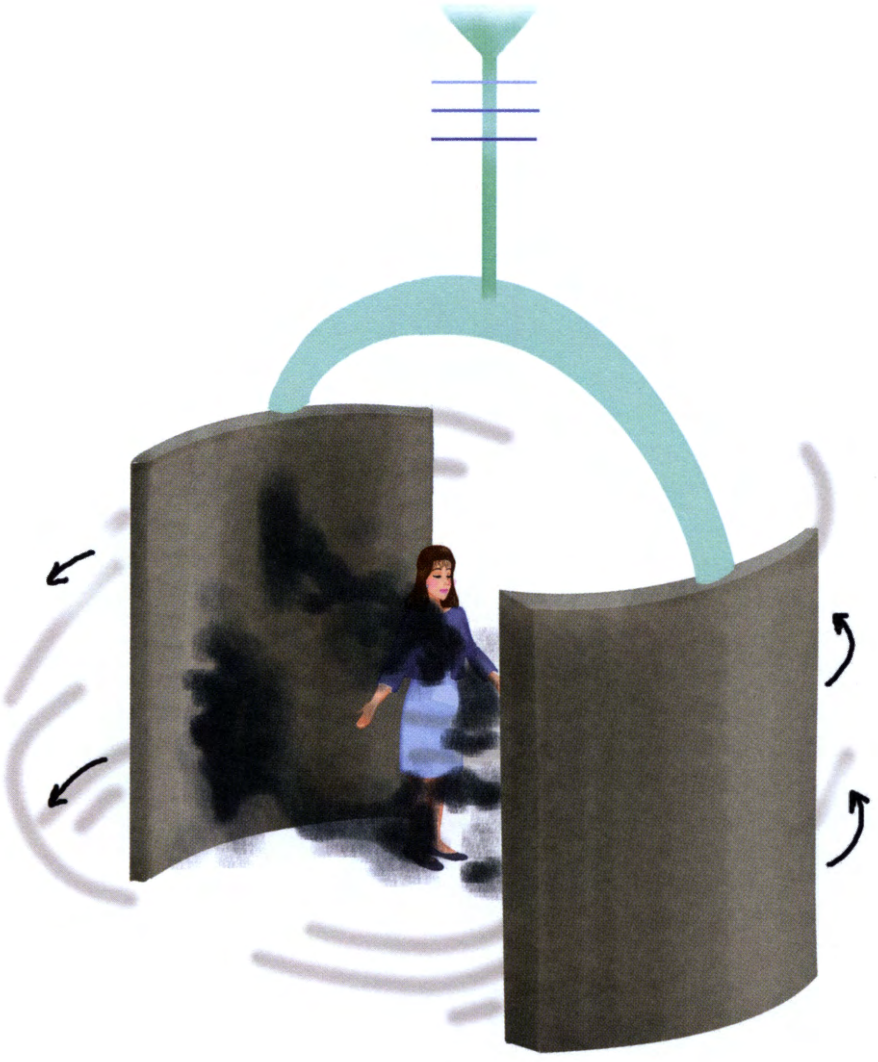
Enfin, nous placerons notre nouvel instrument à une vingtaine de mètres de la personne malfaisante comme si la plaque nous protégeait en formant un bouclier.

Pour terminer, nous visualiserons des flammes brûlant les liens énergétiques entre nos atomes projetés sur le leurre et nous-mêmes de manière à ce que la négativité s'arrête à la plaque.

Créer un instrument astral pour nettoyer nos charges subtiles

Afin de nous débarrasser de nos charges, nous pouvons créer dans l'astral une double plaque de nettoyage de 2 mètres de hauteur sur 1 mètre de largeur et 20 centimètres d'épaisseur. Pendant 5 minutes nous visualiserons que l'énergie venant de tout l'univers remplit les deux plaques.

Comme nous le montre le dessin ci-contre, nous placerons un tube reliant les deux plaques, il se terminera par un autre tube qui rejoindra l'astral supérieur en s'ouvrant en forme d'entonnoir.



Comme indiqué précédemment, nous visualiserons que tout cela se réalise d'une seule pièce, incassable, invisible et imperceptible pour toute présence provenant des plans subtils afin que cet ensemble soit exempt de parasitage. Puis nous ordonnerons ensuite que des énergies et de la matière astrale descendent en quantité suffisante dans le tube pour que cet instrument se reconstitue à l'infini.

Dans un premier temps, nous donnerons ordre aux énergies qui se trouvent dans les plaques d'attirer toutes les négativités situées à l'intérieur et à l'extérieur de la personne placée entre les deux plaques. Ces plaques tourneront sur elles-mêmes de manière à se charger des négativités et cela sur les deux faces. Nous pourrons décharger ces plaques par visualisation à distance, en envoyant la négativité à une dizaine de mètres sous terre. La Terre recyclera ces énergies.

Nous placerons cet instrument dans l'espace et nous l'appellerons lorsque nous en aurons besoin.

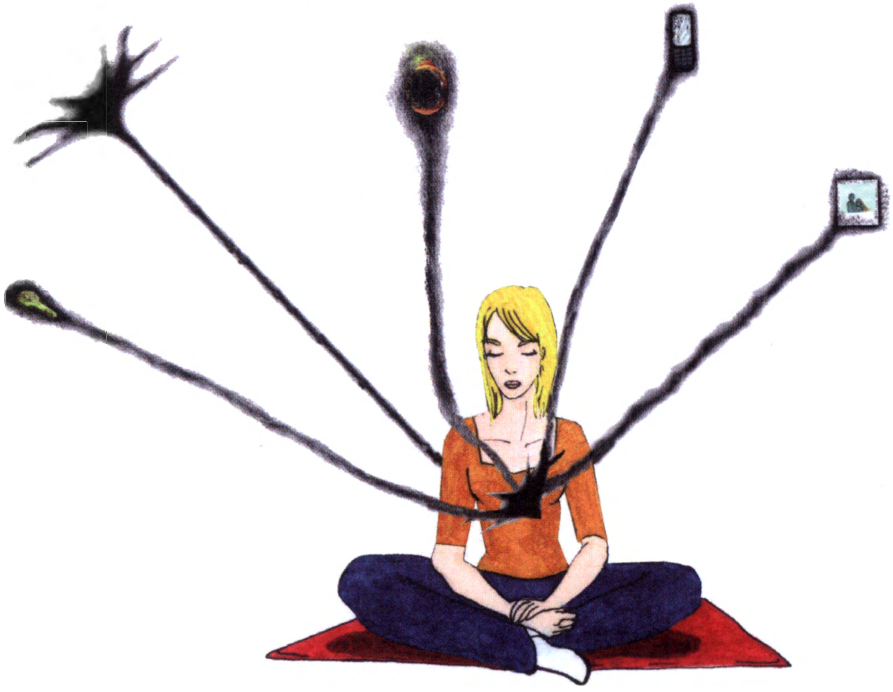
Se sortir d'un empoisonnement psychique

L'empoisonnement psychique ou envoûtement est la conséquence d'une projection de haine sur une personne visée, elle est semblable à une pollution qui souille et détériore tout ce qu'elle touche.

On peut considérer que c'est un acte criminel et il est nécessaire, pour celui qui le subit, de ne pas tomber dans un sentiment de haine car dans ce cas, le malfaisant aura gagné. En effet, après avoir atteint cette personne : sa santé, ses relations ou ses biens matériels, il atteint aussi l'âme qui devient à son tour haineuse. En agissant ainsi, la victime est touchée dans son intégrité spirituelle car elle se place sur le même niveau que la personne qui l'a attaquée au niveau subtil.

Bien qu'un tel acte soit inacceptable et malsain, il est préférable, dans ce type de combat, de lâcher prise vis-à-vis de la personne malfaisante et de se tourner vers la lumière afin de ne pas se rapprocher, même vibratoirement, de celle qui a agi de la sorte. Ceci, dans le but de n'avoir aucun lien karmique avec elle.

J'ai parfois constaté que l'on n'était pas attaqué psychiquement par hasard, il s'agit souvent d'un règlement de compte karmique. Le meilleur moyen pour s'en défaire est de l'ignorer et de se mettre "en mode lumière". Cela limitera la puissance d'action de la personne malveillante et protégera tout au moins en partie sa victime.



Après avoir atteint sa cible, l'empoisonnement continue de suivre la fréquence énergétique de la personne visée, se fixant sur tout ce qui est imprégné par cette fréquence, créant ainsi des dissonances et des interférences sur tout ce qui porte sa signature vibratoire. Selon la puissance de la charge, cela peut atteindre : la compagne ou le compagnon de cette personne, ses enfants, son animal de compagnie, ainsi que tous les objets ou matériels, qu'il s'agisse d'ordinateurs, de voitures, de machines à laver, etc. En un mot, tout ce qui reçoit les empreintes énergétiques ou vibratoires de la personne ciblée.

Pour faire un grand nettoyage de cette infestation négative, il est nécessaire de visualiser que des flammes brûlent toutes les négativités.

Avant d'entreprendre l'exercice suivant, nous devons nous rappeler qu'il faut demander l'autorisation d'agir aux guides spirituels supérieurs.

1. Nous visualiserons que tout ce qui nous est proche est nettoyé de ces négativités : notre conjoint, nos enfants, notre maison,

notre voiture, etc., puis nous donnerons ensuite l'ordre à cette énergie de purifier tout ce qui porte notre signature énergétique. Nous ajouterons que ce qui est négatif tombe dans le centre de la Terre sous forme d'un liquide noir sortant de chaque élément, personne ou objet.

2. La phase suivante sera de visualiser que cette flamme brûle tous les liens énergétiques négatifs se trouvant en contact avec ce qui nous est proche. Cela devra être fait soigneusement jusqu'à enlever notre empreinte énergétique sur le support qui a servi à la personne malfaisante pour nous atteindre.

Il peut s'agir : d'un ongle, d'un cheveu, d'une photo ou d'un objet qui nous a appartenu. Dans le doute, il est préférable d'effacer notre signature énergétique sur tout support éventuel qui se situe à l'extérieur de nous.

En agissant ainsi, nous couperons les liens avec ceux qui nous ont attaqués, rendant le support qui a permis de nous atteindre inefficace.

Nous constaterons alors, si nous l'avons bien réalisé, que les objets traités donnent l'impression d'être plus lumineux. Les personnes concernées par ce nettoyage se sentiront plus légères sans pour autant définir où était la charge. Il est préférable de réaliser ce nettoyage le matin.

Il faut se rappeler qu'en règle générale, la plupart des empoisonnements psychiques se terminent par des auto-envoûtements. Les victimes sont tellement à l'écoute de leur corps que leur esprit crée à son tour et appelle par résonnance toutes sortes de charges énergétiques et le fait de s'en convaincre recrée une problématique.

Il est judicieux de rester prudents et de discerner si nous avons réellement reçu des charges négatives de l'extérieur avant de nous égarer dans le fantasme. Il y a ainsi des personnes qui se sont piégées, car nos pensées peuvent appeler ou créer nos propres obstacles par la création mentale. Il est donc nécessaire de les surveiller et d'empêcher qu'une pensée dite "négative" ne s'installe.

Comment libérer nos chakras de leurs charges négatives ?

"Se tourner sans aucune hésitation vers l'être intérieur est également une méthode très efficace pour se protéger contre les assauts de la peur, du désarroi et de la faiblesse."

PAUL BRUNTON

"La peur est toujours le résultat de la projection d'une recréation du passé dans le présent ou le futur."

KATIE BYRON

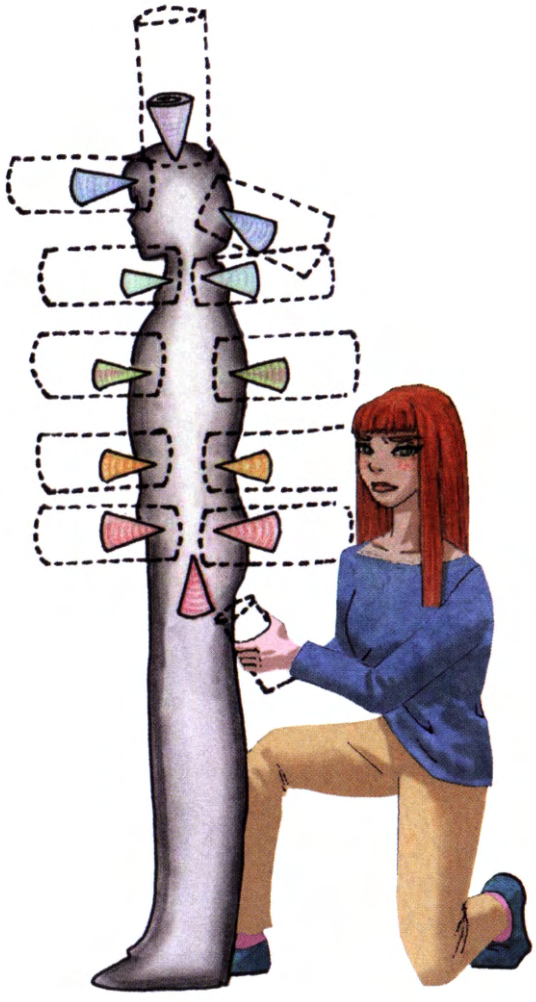
"Le monde tout entier aspire à la liberté, et pourtant chaque créature est amoureuse de ses chaînes. Tel est le premier paradoxe et le nœud inextricable de notre nature."

SRI AUROBINDO

Enlever les charges émotionnelles en utilisant les tubes astraux ?

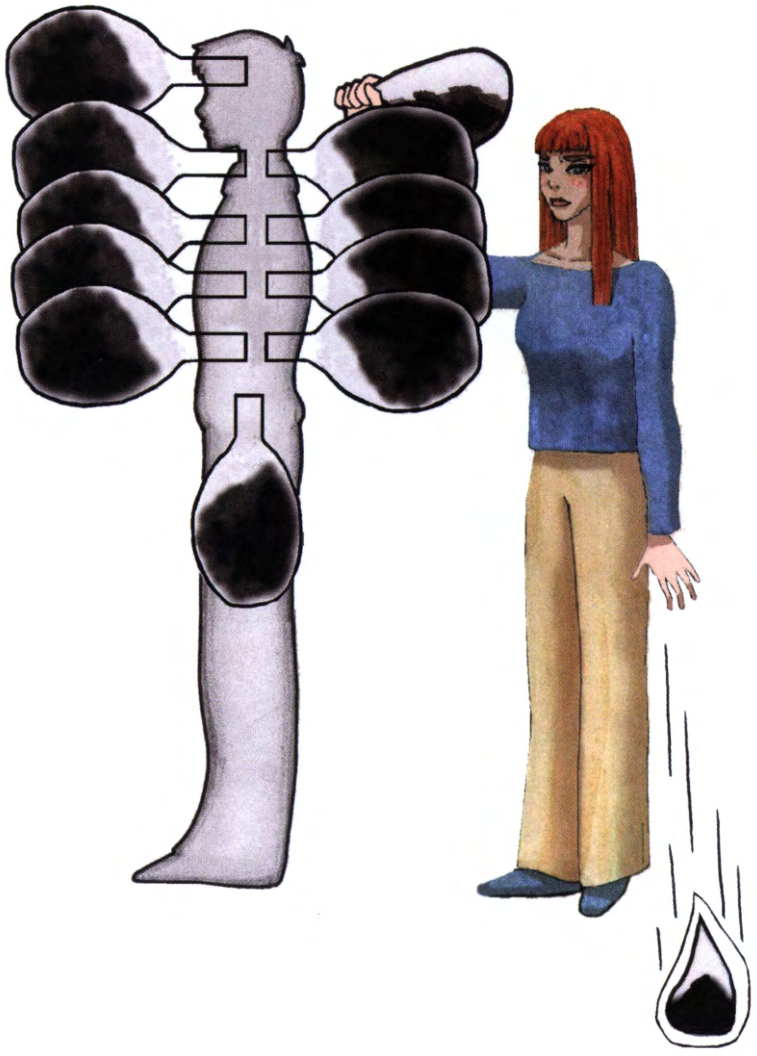
Suite aux épreuves de la vie, nous accumulons bien des charges émotionnelles qui se placent, selon notre niveau vibratoire, dans le chakra correspondant.

Pour aider une personne dont les chakras sont saturés par beaucoup de souffrances, nous pouvons les nettoyer de leurs charges. Nous devrons l'avertir qu'il est possible qu'elle ait des réactions émotionnelles en cas de charges trop lourdes mais qu'elle se sentira rapidement libérée du poids qu'elle portait en permanence.



Avec son accord, nous placerons dans ses chakras, des tubes astraux que nous aurons créés. Nous visualiserons ensuite que les charges sortent à la manière d'un geyser remplissant les tubes dont la particularité est de s'agrandir sous la forme de grands sacs.

Quand les tubes sont installés, la sortie des énergies viciées continue et nous pouvons ressentir le flux d'énergie sortant en plaçant une main au dessus du tube. Cela peut nous faire penser à un courant d'air frais.



Dans la majorité des cas, la personne sentira qu'il y a quelque chose qui s'évacue et elle s'en trouvera plus légère.

Rappelons-nous que les chakras, du numéro 2 au numéro 6, sont doubles. Il nous faudra donc placer un tube de chaque côté pour voir l'aspiration des énergies négatives sortir des deux côtés.

Dès le lendemain, nous pourrons ôter les tubes, sans dépasser 24 heures. Nous les enlèverons à distance dans le cas où nous savons projeter notre main astrale à distance ou que nous sortons de notre corps astralement. Soyons tout de même vigilants pour les retirer correctement.

Pour les enlever, il nous faudra les tirer tout simplement, puis les fermer pour les envoyer ensuite dans le centre de la Terre qui les recyclera.

Par contre, il est très important de ne pas en oublier, sinon la personne risque d'être fatiguée.

Témoignage

Lors d'un cours, je proposai à des élèves volontaires de leur poser des tubes au niveau des chakras pour les vider de leurs charges.

Juste après lui avoir mis les tubes, une des élèves, qui était particulièrement chargée, s'est mise à pleurer en disant : "Qu'est-ce que c'est puissant !"

Je lui demandais si elle voulait que je les lui enlève, elle m'a répondu qu'elle préférait les garder car cela lui faisait beaucoup de bien.

Témoignage

Un jour, j'ai reçu un appel de Mlle Delphine S. qui m'avait été envoyée par un thérapeute.

Lorsque je l'ai entendue au téléphone, j'ai senti qu'elle me cachait volontairement quelque chose. Son nouveau compagnon venait de la quitter, elle me demandait s'il allait revenir. Je me suis "branché" et me suis rendu compte que je ne devais pas répondre directement à sa question. ⇩

Je rappelais le thérapeute pour lui demander : "Pouvez-vous me confirmer mon ressenti ? si je dis à Mlle Delphine S. que son compagnon ne reviendra pas, elle se suicidera ?" Il me répondit : "Oui c'est exactement cela !" Je ne lui ai pas dit ce que je pensais tant cela me paraissait inconcevable qu'il ne m'ait pas donné l'information qui aurait pu, si elle n'avait pas été perçue à temps, entraîner un suicide immédiat.

Cette femme attendait que je lui confirme que son compagnon ne reviendrait pas pour passer immédiatement à l'acte. Cependant, elle ne m'avait donné aucun élément qui pouvait me le faire imaginer. Je l'ai donc fait patienter, prétextant que je n'avais pas encore la réponse, ce qui était vrai. En y regardant de plus près, j'ai réellement perçu que ce n'était pour lui qu'une amourette, qu'effectivement pour le moment, il n'avait pas l'intention de revenir. Par contre, il était devenu pour elle l'amour de sa vie.

Ainsi elle attendait jour après jour ma réponse. J'avais conscience que si je ne la lui donnais pas, elle s'adresserait à quelqu'un d'autre qui lui donnerait l'information lui permettant de déculpabiliser quant à son acte.

J'appelai donc les guides de lumière afin qu'ils m'aident à trouver une réponse lui convenant, sans pour autant passer par un mensonge aussi petit soit-il. Au final, je reçus la réponse qui était que de toute façon, si son ami revenait et qu'il la voyait dans cet état-là, il était probable qu'il la quitterait définitivement. J'essayais donc de lui faire comprendre qu'il fallait qu'elle se reprenne, qu'elle pense à elle.

Je lui ai proposé de vider les charges émotionnelles de ses chakras. Ce que je fis en visualisant que les charges sortaient de tous ses chakras.

Je fus surpris par le chakra du cœur qui s'est vidé à la manière d'un geyser de couleur noire, qui aurait rempli une énorme piscine tant la charge dans ce chakra était forte. Le lendemain, elle m'appela, hébétée, presque surprise de se retrouver dans un état plus paisible. Elle me dit qu'elle s'excusait de m'avoir dérangé et qu'elle allait faire la même démarche auprès du thérapeute.

Depuis, elle reprend petit à petit goût à la vie.

Nous remarquerons que l'utilisation des tubes peut être utile dans les cas difficiles et empêcher certaines personnes de commettre l'irréparable, encore faut-il ne pas oublier de les enlever le lendemain.Aussi, dans un cas semblable, il nous faut demander l'autorisation avant d'agir en nous adressant aux guides spirituels supérieurs et ainsi faire le nécessaire pour sauver cette personne.

Ainsi que la loi de "non assistance à personne en danger" nous dit que nous sommes en faute si nous n'agissons pas lorsque que nous sommes en présence d'une personne en danger, nous pouvons nous permettre d'agir en accord avec notre conscience sans pour autant nous culpabiliser, mais toujours en demandant l'autorisation et en nous remettant à des pouvoirs supérieurs.

J'ai connu plusieurs cas de personnes qui ont évité, grâce à ce moyen, de partir sur l'autre plan à un moment où elles étaient psychologiquement au plus bas. Certaines d'entre elles avaient conscience que cela aurait été une grosse erreur.

Nettoyer les chakras d'une personne avec notre corps astral réduit

Nous pouvons nettoyer les chakras d'une personne en projetant notre corps astral à l'intérieur du chakra.

Pour cela, nous devons envoyer un corps astral réduit à un demi-centimètre à l'intérieur du chakra à nettoyer.

Avant de nous projeter essayons de ressentir les vibrations de notre corps physique qui nous servirons de témoin.

En effet, lorsque le corps astral est à l'intérieur du chakra, la vibration de ce dernier s'imposera au corps astral.

Ce ressenti se répercutera d'office au corps physique. A l'intérieur, nous visualiserons que nos mains astrales s'étirent pour attraper les charges négatives qui s'y trouvent pour aussitôt revenir dans notre corps physique.

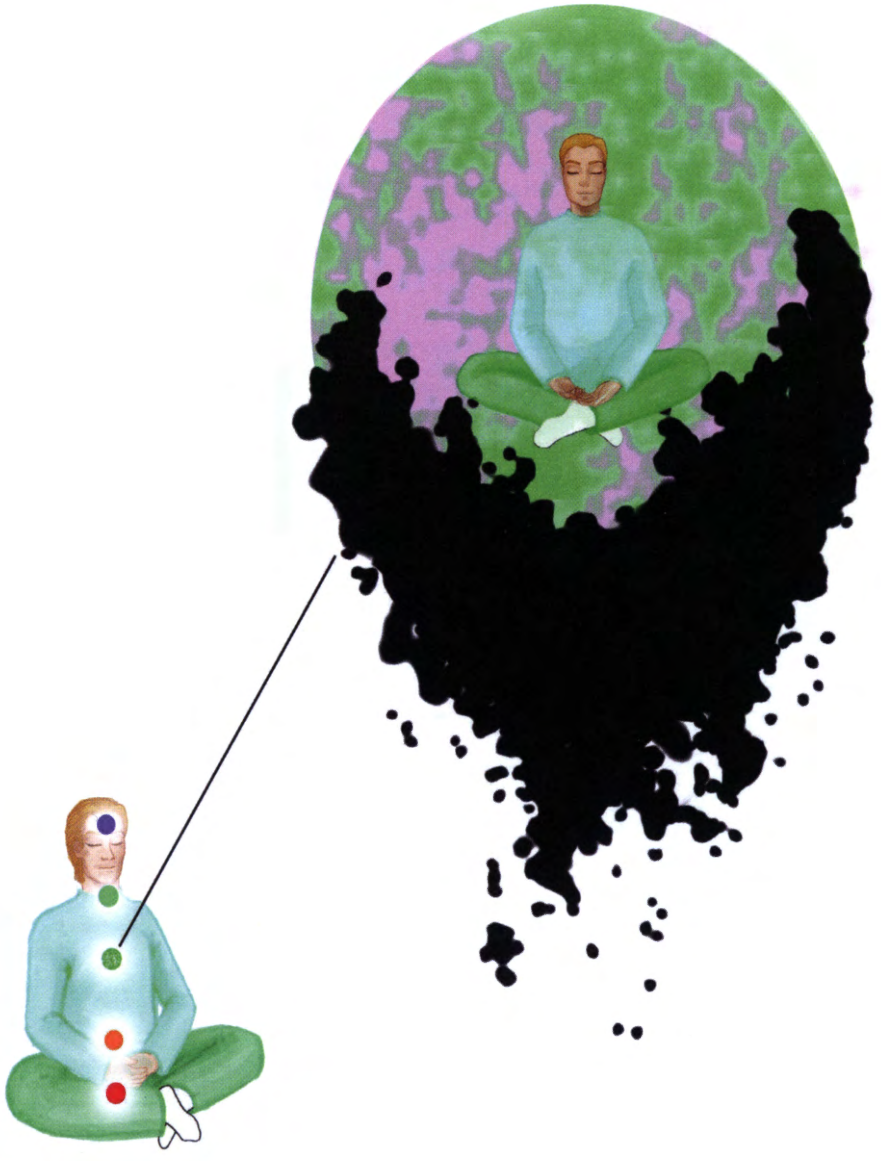
Lors de ce retour nous ramènerons les charges dans nos mains physiques.

Il nous suffira ensuite de les jeter dans un grand sac que nous fermerons et que nous enverrons dans le centre de la Terre.

Projeter notre conscience dans nos chakras pour les nettoyer ?

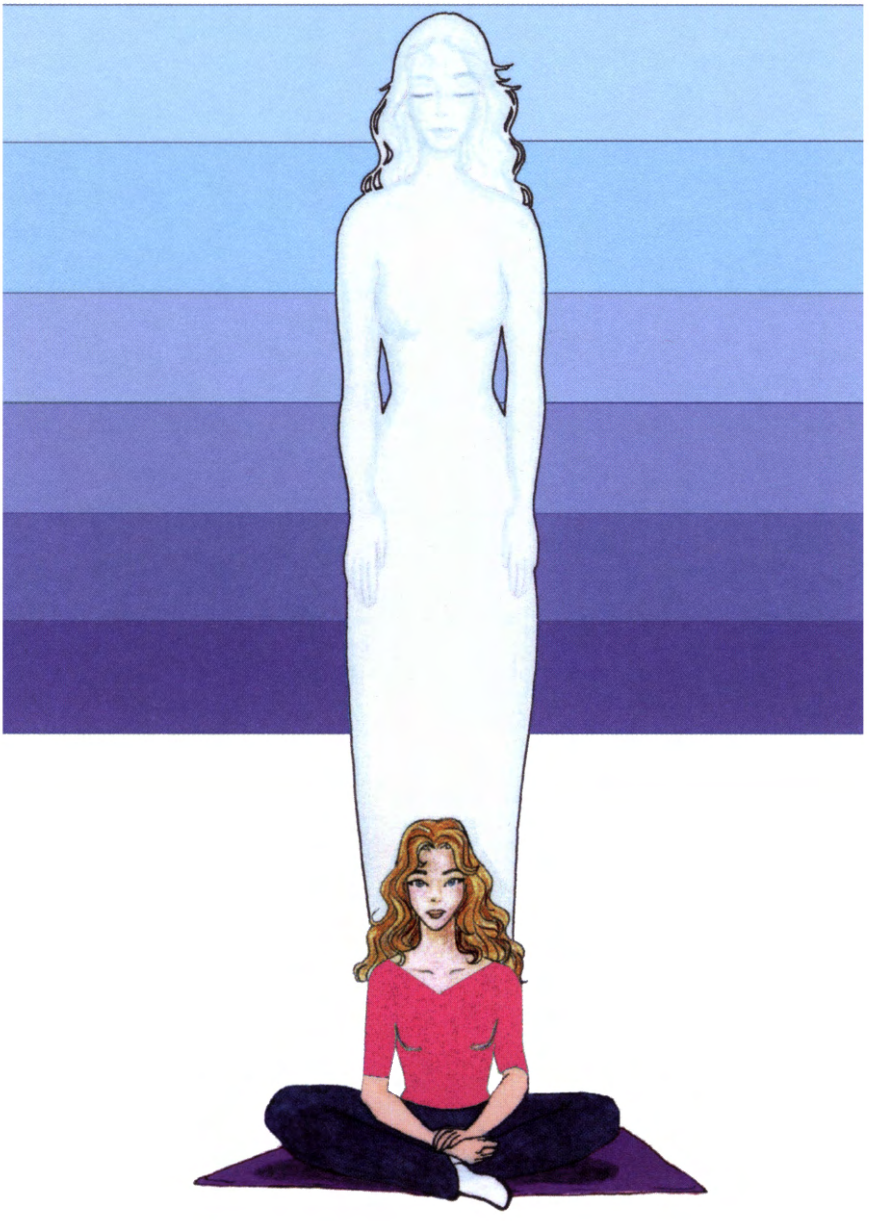
Nous pouvons par un acte de notre volonté, projeter notre conscience dans nos chakras et ainsi visualiser que nous repoussons toutes les négativités, sous forme d'un liquide noir, comme si elles tombaient d'une plateforme.

Nous pouvons ensuite dynamiser chacun de nos chakras en visualisant qu'ils aspirent un par un, la couleur qui leur correspond. Par exemple pour le chakra de base, nous pouvons absorber le rouge d'un champ de coquelicots.



Une méthode rapide pour mieux contrôler nos émotions

Le simple fait de visualiser que nous étirons le haut de notre corps, comme pour atteindre le plan astral supérieur, permet de se connecter à nos parties spirituelles supérieures.



Ce simple exercice de visualisation d'une trentaine de secondes permet de se mettre en état cérébral alpha, ce qui a pour conséquence de canaliser nos pensées. Cette attitude intérieure est idéale et permet d'atteindre l'état voulu pour une méditation.

Témoignage

Lors d'une conférence dans un salon des médecines douces, j'ai fait la connaissance de Mademoiselle Cindy R.

Nous nous sommes retrouvés dans ce salon et nous avons parlé, avec elle et ses amis, des énergies. Je leur précisai que l'on pouvait agrandir son aura si on le désirait. Certains de ceux qui étaient présents semblaient intéressés.

Du fait qu'ils disaient ressentir les énergies, je leur proposais de faire cet exercice.

À ma grande surprise Mademoiselle Cindy R. perdit connaissance. J'avoue humblement que je ne m'attendais pas à cela. La sécurité fut appelée et plusieurs personnes du service médical s'occupèrent d'elle.

Cela m'a permis de me rendre compte qu'il y a des gens qui ont acquis des niveaux de sensibilité rares et qu'il faut être très prudent avec l'aspect énergétique.

Je me rappelais que lors de la conférence à laquelle elle avait assisté, je lui avais dit qu'elle était très sensible et quand on est aussi sensible, il faut savoir se protéger, car dans le cas contraire on prend toutes les charges qui traînent.

Elle me répondit : "C'est exactement ce qui se passe dans ma vie depuis que j'ai été électrocutée il y a trois ans". L'aspect subtil des choses, des plans astraux, des charges énergétiques, les présences d'entités ou de défunts, tout cela lui était ouvert.

Je lui ai proposé de venir assister à un ou plusieurs cours selon ses besoins pour apprendre à se protéger et à ne pas trop prendre les charges des autres. Le but était qu'elle reprenne le contrôle de sa propre vie.

Une ou deux semaines plus tard, elle vint en cours. Lors d'un exercice de clairvoyance sur un élève, alors qu'elle exprimait ce qu'elle avait vu, elle commençait à prendre la charge émotionnelle de cet élève et se mit à pleurer. Je lui dis d'arrêter immédiatement de prendre cette charge puis je lui conseillai de visualiser qu'elle se grandisse elle-même jusqu'au plan astral supérieur. Après avoir fait cette connexion, elle décrivit ce qu'elle avait perçu en clairvoyance sans être affectée par les charges de l'élève sur lequel elle travaillait.

Un de mes élèves thérapeute a ajouté "Tu as entendu, même son timbre de voix a changé".

À la fin de cet exercice, elle nous a précisé que c'était la première fois qu'elle arrivait à maîtriser ses nouvelles facultés sans tomber dans le travers de l'émotionnel.

Nous libérer des liens provenant de nos actes passés

Il y a un exercice rapide qui peut nous alléger, c'est celui du pardon. Passons outre la connotation religieuse pour nous centrer sur l'effet nettoyeur et libérateur que cela a sur nous. Il s'agit, dans ce cas, de couper des liens avec certaines personnes afin de nous libérer.

En effet, il nous arrive de blesser des personnes par nos actes, nos paroles et nos pensées. Pour nous libérer de ces liens, il nous faut visualiser que nous sommes en bas d'un immense amphithéâtre fermé et que nous appelons intérieurement et fortement par la pensée, sans le secours de la voix, tous ceux de cette vie ou d'ailleurs que nous avons blessés consciemment ou non.

En agissant ainsi, leurs corps astraux seront présents sans qu'ils en aient conscience. Lors d'un exercice pratique, la surprise unanime que les élèves ont eue concernant cet exercice est qu'ils n'avaient jamais imaginé qu'il y ait autant de monde.

Cela provient du fait que nous avons blessé sans le vouloir telle ou telle personne. Cela nous est sans doute arrivé de choquer des personnes qui nous ont entendu dire des paroles négatives lors d'une altercation avec une tierce personne présente.

En rappelant une seconde fois ceux que nous avons blessés et en leur demandant avec le cœur de nous pardonner, nous constaterons qu'il y a beaucoup moins d'individus présents. Il nous faudra réitérer la demande en l'appuyant un peu avec sincérité car ces personnes qui sont restées ont été probablement plus blessées que celles qui sont parties.

Il est important que nous soyons détachés définitivement de ces liens qui n'ont plus de raison d'être afin que chacune des personnes liée à ce passé accessible ou non à notre mémoire, en soit libérée.

Nous constaterons, après avoir réalisé cet exercice de cinq minutes environ, que nous nous sentons mieux. Ce ressenti est subtil mais il est souvent perçu comme un véritable allègement.

Enlever les liens de possessivité situés dans nos chakras

> "Si tu ne brises pas tes liens pendant la vie, quel espoir de délivrance auras-tu dans la mort ? "
>
> KABIR

Il est possible qu'après avoir côtoyé des personnes très possessives, ou plus précisément celles qui auraient bien voulu nous avoir exclusivement pour elles, nous ayons récupéré un lien de possessivité.

Nous avons été dans l'obligation de prendre des distances avec ces personnes qui ne voyaient pas la limite de nos frontières personnelles. De ce fait, elles se retrouvent seules, leurs victimes ne souhaitant pas leur être soumises.

Lorsque nous rencontrons de telles personnes, il est préférable de nous en éloigner. Elles se retrouvent donc isolées après avoir côtoyé un certain nombre de relations et d'amis qui ont compris et subi à un certain moment leur mode de fonctionnement.

Nous les reconnaissons car elles ont une forte tendance au nombrilisme qui n'apparaît pas forcément au cours des premières rencontres, car elles ont appris à dissimuler. Plus la personne possessive est évoluée et plus nous aurons du mal à la repérer car la manipulation sera plus subtile, mais le résultat sera exactement le même.

Même si nous ne "l'avons pas vu venir" comme dit l'expression, puisque ces personnes savent avancer masquées, il nous appartient de nous fier à notre ressenti. Bien souvent, c'est comme si nous l'avions toujours su.

Leur vision des choses est surtout axée sur elles-mêmes au point qu'il leur semble naturel que ceux qui les entourent soient satellisés autour d'elles. Pour qu'elles sortent de cet engrenage, il est nécessaire qu'elles s'ouvrent aux autres sans en être le centre. Ces personnes sont souvent de véritables "prédateurs énergétiques", absorbant l'énergie des autres sans en avoir forcément conscience.

Elles projettent ainsi sur les plans subtils des "racines de possessivité" qui aspirent nos énergies. Ces racines se retrouvent généralement, selon leur fréquence, sur le chakra concerné *(voir le schéma des correspondances entre les chakras et les charges émotionnelles)*. Ainsi, si nous faisons une recherche sur les charges énergétiques qui se trouvent dans nos chakras, nous risquons d'avoir des surprises.

Pour rappel, les chakras sont placés dans le corps éthérique. Néanmoins, nous ressentons les charges énergétiques négatives avec

autant de puissance dans notre corps physique et cela même si nous ne sommes pas très sensitifs.

Pour réaliser ce nettoyage, il faut se rappeler que nous ne pouvons pas ressentir toutes les charges subtiles en même temps, à la manière d'une télévision sur laquelle nous voudrions voir une centaine de chaînes à la fois. Nous risquons d'obtenir des pixels de toutes les couleurs sans avoir d'image précise. En revanche, nous pouvons demander à ressentir dans notre corps éthérique les charges énergétiques négatives éventuelles provenant d'une personne précise pour laquelle nous avons un doute.

Il est essentiel de rester hors de tout jugement par rapport à cette personne qui n'a pas forcément fait cela de manière consciente.

Si nous sentons une douleur vive à un endroit précis de notre corps, nous pouvons l'enlever comme nous le ferions avec une racine installée à cet endroit. Après l'avoir retirée, nous constaterons combien nous sommes libérés de la puissance du lien énergétique. Il nous faudra visualiser ensuite que le lien et sa racine brûlent jusqu'à la personne concernée et disparaît au niveau de son corps éthérique.

Il faut toutefois se rappeler que cette personne n'en avait pas forcément conscience et que dans une vie antérieure, nous avions probablement agi de la même façon. Il est donc vital, si nous voulons progresser spirituellement, de nous libérer de ces charges et "d'enterrer la hache de guerre" pour passer à autre chose et de ne pas nous venger contre ceux qui nous ont agressés.

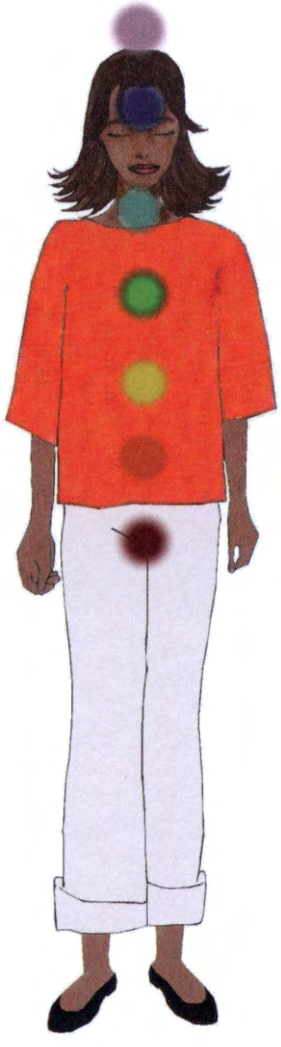
Il est nécessaire de sortir définitivement du cercle vicieux du karma si nous voulons passer en "mode lumière".

Réduire temporairement nos chakras trop ouverts

À plusieurs reprises, j'ai constaté que des élèves qui apportaient leur soutien aux autres se trouvaient dans un mal-être intérieur en les aidant. Il leur arrivait souvent de prendre la charge émotionnelle comme si c'était la leur.

Cette prise de charge n'est pas seulement due à de l'empathie où l'on prend ce que porte l'autre, ce qui ne doit pas être, mais à un chakra du cœur trop ouvert.

Chakras ouverts



Chakras réduits

Un chakra trop ouvert peut entraîner une sensation de chaleur, des palpitations et des rougeurs indiquant un surplus d'énergie, comme si nous avions du mal à respirer. Il s'agit en l'occurrence du chakra du cœur qui est le chakra de l'empathie par excellence. De plus, il peut entraîner ce que l'on appelle "un saignement astral" qui a pour conséquence d'attirer toutes sortes de parasites de l'astral, avides d'énergie.

Il faut, pour pallier à cette problématique, utiliser une image que l'on associera au chakra, car pour atteindre un organe non physique, il est nécessaire de visualiser le chakra sous une forme symbolique. Cela peut être une fleur que nous voyons trop ouverte, en nous disant intérieurement que cette fleur représente notre chakra.

Si nous avons choisi une fleur, nous devons ensuite visualiser qu'elle se ferme. Ainsi notre partie supérieure comprend ce que nous lui demandons et réduit le chakra concerné. Suite à un certain nombre d'expérimentations de ce style, nous avons constaté à quel point cet exercice était efficace.

Si nous n'arrivons pas à visualiser, nous pouvons donner un ordre mental à ce chakra pour qu'il se réduise.

Il est bon de rappeler que même si nous employons habituellement le terme "fermé", un chakra ne peut jamais être vraiment fermé. Il suffit qu'un seul de nos chakras soit fermé pour que nous ne soyons plus de ce monde.

Diminuer ou supprimer notre peur à l'égard d'une personne

> "La peur, c'est l'enfant en nous qui panique."
>
> Tahar Ben Jelloun

> "Personne ne peut vous obliger à vous sentir inférieur sans votre consentement."
>
> Eleanor Roosevelt

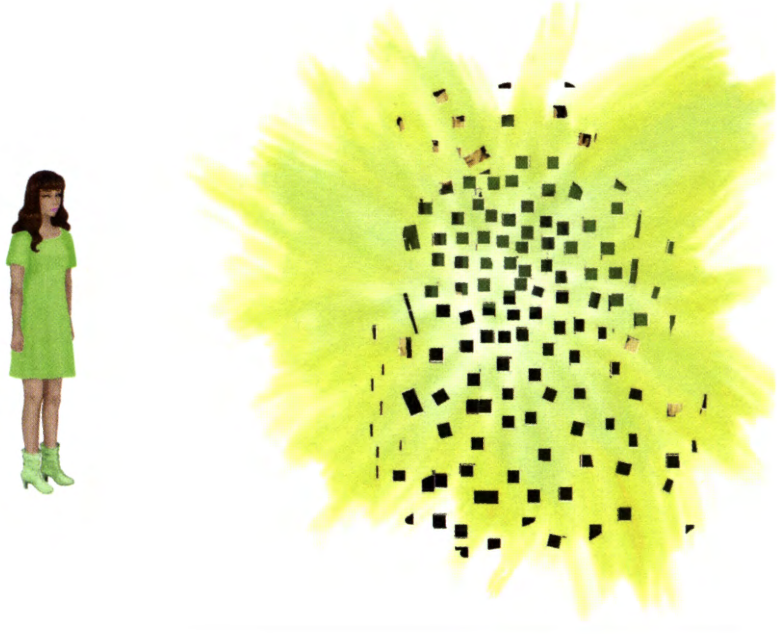
Lorsque nous avons peur d'une personne, il nous suffit simplement d'y penser pour que l'appréhension ou la peur apparaisse.

En fait, la peur qui provient d'un vécu difficile avec cette personne devient dans un second temps, une mémoire chargée d'émotion négative, placée dans notre corps astral qui, pour rappel, est le corps subtil des émotions.

Il nous faudra, dans ce cas, visualiser que la personne qui nous fait peur est juste à côté de nous. L'image qui nous apparaît au départ nous montre souvent une personne au visage crispé et haineux.

Puis nous percevrons dans un de nos chakras le volume de la charge émotionnelle que nous ressentons dans cette situation. Cette image peut renvoyer la sensation d'une charge dont le volume est semblable à une balle de tennis, un ballon de football, de basket ou dont la taille prend tout notre thorax, ou tout notre corps, dans le cas d'une grande charge.

Nous devrons nous souvenir de cette information afin de repérer tout changement. Ceci nous servira de témoin de départ. Nous visualiserons ensuite que l'image de cette personne explose en particules de lumière. Puis il sera nécessaire de vérifier si nous avons bien travaillé en rappelant l'image de cette personne par visualisation.



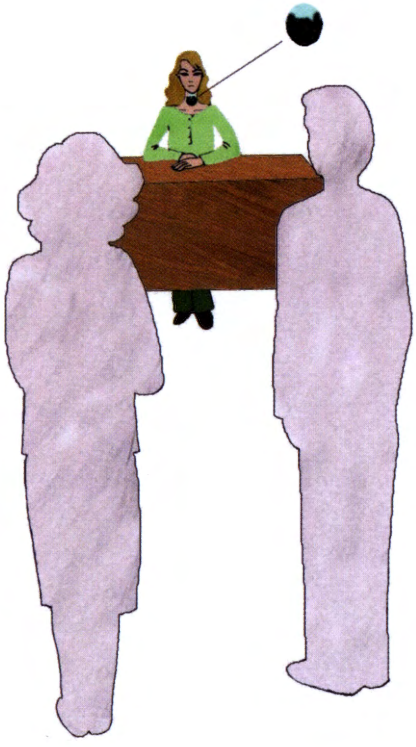
Cette action réalisée, nous avons souvent constaté que les participants percevaient deux possibilités : soit la personne leur apparaît moins chargée, c'est-à-dire moins sombre, voire même presque souriante, soit elle commence à disparaître, nous montrant par là que cette charge ne fait plus partie de notre "paysage intérieur", puisque nous ne la percevons plus.

Cela signifie qu'elle ne fait plus partie des poids émotionnels que nous portons. Il faudra faire cet exercice en boucle, jusqu'à ce qu'il ne reste plus aucune charge négative. Le résultat final sera que : soit nous verrons cette personne souriante, soit nous serons indifférents à elle, soit, nous ne la verrons plus.

Pour finir, lorsque nous la rencontrerons, il est probable qu'il ne nous restera qu'une petite appréhension sans commune mesure avec ce que nous ressentions auparavant.

Enlever les charges émotionnelles liées aux non-dits

Il arrive, dans notre vie de tous les jours, que nous soyons confrontés à certaines personnes à qui nous ne pouvons dire ce que nous pensons.



Chakra chargé

Il peut s'agir, comme nous l'avons précisé au chapitre précédent, d'un responsable hiérarchique au niveau professionnel ou d'un membre de notre famille.

Comme nous avons gardé un trop-plein de ce que nous n'avons pas pu exprimer, nous portons cette charge dans certains chakras autant que dans le corps astral.

Compte tenu des circonstances, il est probable que nous ne soyons plus en contact avec cette personne, que nous n'ayons pas son adresse, qu'elle soit décédée ou que la personne concernée soit tellement proche au niveau familial mais tellement différente de nous qu'aucun échange n'est possible.

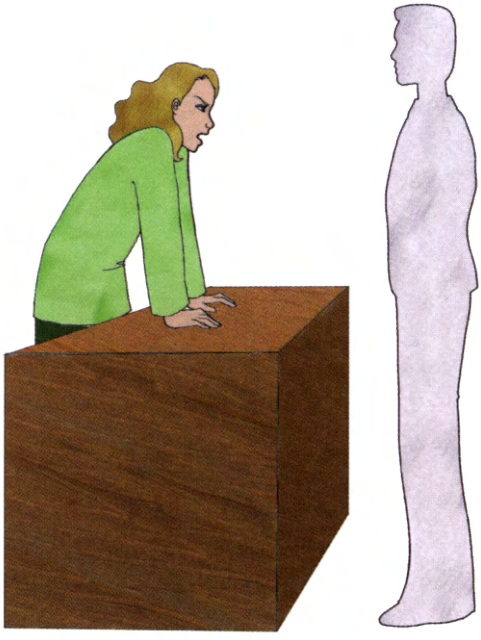
Dans de tels cas, nous pouvons enlever malgré tout la charge énergétique que nous ne devrions pas avoir, et qui est souvent présente lors d'échanges et de partages authentiques.

Pour réaliser l'évacuation de ces charges énergétiques correspondant à ces non-dits, nous effectuerons un petit exercice de visualisation qui permet, selon ceux qui l'ont vécu, de se sentir ensuite bien dégagés.

Il faudra tout simplement nous visualiser dans une chambre neutre et blanche située au fond d'une forêt, elle sera notre bureau pour recevoir les personnes auxquelles nous avons des "choses à dire".

Après avoir dit intérieurement ce que nous avons sur le cœur à l'une des personnes, quitte à hurler notre douleur si nécessaire, nous la laisserons partir, mais uniquement lorsque tout aura été dit, nous laissant ainsi dégagés de la charge la concernant. Nous pourrons ensuite passer à la personne suivante.

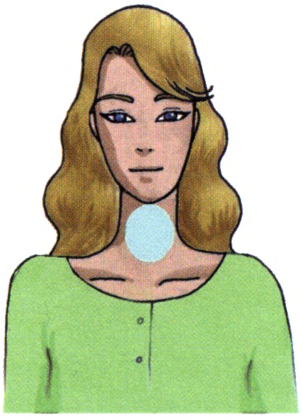
Cet exercice est à réaliser autant de fois que cela nous semble nécessaire. Il est véritablement libérateur.



Si au cours de cet exercice, nous nous surprenons à bailler ou à soupirer comme si nous avions un besoin d'évacuer plus d'air, ne soyons pas étonnés, car ce sont des signes que notre travail de nettoyage est efficace.

Nous constaterons, lorsque ce travail sera bien fait, que même si nous rappelons bien

plus tard par visualisation l'image de ces personnes, notre charge émotionnelle n'y sera plus.



Chakra libéré

Rappelons-nous que toute information que nous avons dite intérieurement aux personnes concernées sera reçue par leur subconscient.

Ce qui signifie que bien qu'elle ne soit pas reçue au niveau du conscient, elle agit malgré tout, clarifiant la situation au niveau subtil. Il arrive souvent qu'après ce type d'exercice, certaines situations conflictuelles changent de manière évidente.

Comment libérer nos corps subtils de leurs charges négatives ?

"Nos épreuves contribuent toujours à notre développement lorsque nous les regardons comme des opportunités de corriger les erreurs du passé ou d'acquérir sagesse et entendement."

EDGAR CAYCE

"Ce n'est pas parce que les choses sont difficiles qu'on n'ose pas les faire. C'est parce qu'on n'ose pas les faire qu'elles sont difficiles."

HENRI GOUGAUD

"Commence par faire le nécessaire, puis fais ce qu'il est possible de faire et tu réaliseras l'impossible sans t'en apercevoir."

FRANÇOIS D'ASSISE

Se débarrasser des mémoires du passé

Les mémoires du passé qui apparaissent dans notre corps éthérique sous forme d'objets, qu'il s'agisse d'une flèche, d'une lance, d'une épée ou autre ont été pour moi un mystère.

Je me suis souvent posé la question : "Comment se fait-t-il que dans les plans subtils où nous séjournions avant de venir sur Terre, nous n'ayons pas enlevé ces objets qui nous traversent. Étaient-ils visibles à ce moment-là ?" Il me semble évident que la personne qui porte un tel poids s'en débarrasse rapidement.

Après bien des recherches astrales et des méditations, je me suis rendu compte que le corps astral, qui est le véhicule qui nous permet de vivre dans les plans subtils pendant l'entre-deux vies, ne portait pas en lui

les mémoires des vies passées. C'est pour cette raison que tous ces objets n'apparaissent pas lorsque nous sommes dans les plans subtils, et reviennent lorsque nous nous incarnons dans un corps éthérique.

Ces mémoires du passé qui proviennent de nos vies antérieures se retrouvent ainsi dans le corps éthérique qui nous les restitue comme si elles étaient toujours présentes.

En fait le corps causal, qui est le corps des causes, est inaltérable. Ce qui n'est pas le cas du corps éthérique qui dure le temps d'une vie physique, ni du corps astral dont la durée de vie peut approcher les 600 ans environ. Ce corps causal garde en mémoire tout ce qui a été vécu précédemment et transmet ainsi toutes ses informations au nouveau corps éthérique qui est recréé à chaque incarnation.

C'est la raison pour laquelle ces mémoires réapparaissent comme si elles avaient toujours été là.

Témoignage

Un jour, avec une équipe avancée, nous faisions une clairvoyance pour un élève, M. Alexandre V., à sa demande, dans le but de rechercher quelle était l'origine de ses blocages au niveau de son ressenti. Nous étions plusieurs à recevoir le même message : "Il faut qu'il laisse tomber sa cuirasse". Faisant le tour de ce que chacun avait vu et entendu à son sujet, je remarquai que ceux qui avaient reçu ce message l'interprétaient au niveau psychologique.

Tout en écoutant les uns et les autres, je constatai à plusieurs reprises qu'il portait astralement une cuirasse dorée ainsi qu'un casque à plumes. De plus, une lance lui traversait le corps au niveau du thorax. Le message était en fait à interpréter au niveau astral.

Au vu de ce que j'avais perçu en clairvoyance, je précisai à l'équipe en blaguant que "même si M. Alexandre V. ne payait pas de mine, je ne l'attaquerai pas, même de dos". J'avais effectivement vu M. Alexandre V. lors d'une vie antérieure, du temps où il était gladiateur romain. Il nous a répondu que cela ne l'étonnait pas.

Il nous expliqua ensuite que lorsqu'il était jeune, il défiait dix de ses copains qu'il prenait par cinq pour se bagarrer et que c'était lui qui avait le dessus. Nous avons constaté qu'il avait conservé certaines mémoires de ses vies antérieures.

Je lui demandai de se lever pour vérifier s'il portait bien ce que je percevais.

J'attrapai donc en premier lieu la lance qui le traversait, je la fis passer aux élèves qui avaient déjà acquis un bon ressenti tactile afin qu'ils en perçoivent le poids, la consistance, ainsi que l'aspect piquant de la pointe.

J'enlevai ensuite la cuirasse, je la déchirai et chacun fut surpris par son poids qui, bien qu'astral, était lourd.

Le plus amusant était qu'il avait conservé son casque sur la tête, alors je le lui retirai, précisant qu'il s'agissait d'un casque à plumes, chose que je n'avais encore jamais vu.

J'ai ensuite fait passer ce casque aux élèves, nous nous sommes un peu amusés à ressentir la différence entre les plumes astrales et le reste du casque métallique. J'ignorais qu'un de mes élèves présent ce jour là était historien, il nous expliqua que les gladiateurs qui avaient un casque à plumes étaient des chefs.

Toute l'équipe, à l'unanimité, a constaté nettement les différences entre les objets. Malgré tout, après lui avoir enlevé ses différentes mémoires, il se sentait dégagé d'un poids, donc plus léger.

Ces objets que M. Alexandre V. portait, correspondaient à des mémoires de vies antérieures qui n'avaient pas été nettoyées : s'il en avait eu conscience, il y a longtemps qu'il les aurait enlevées. Nous avons eu la chance ce jour là de les percevoir afin de le dégager. Ces choses-là n'apparaissent pas forcément en clairvoyance, car nous pouvons avoir des milliers de mémoires provenant de nos vies antérieures.

Pour les découvrir, il faut être sur l'axe précis de ces mémoires comme dans le cas de M. Alexandre V., s'intéresser à ce qui le touche précisément à cette période, ou à la douleur qui était liée à la lance qui le traversait.

Se libérer des liens karmiques avec nos ancêtres

Comme nous l'avons précisé dans le chapitre précédent nous avons, en dehors de notre héritage génétique provenant de nos ancêtres, un karma collectif familial que nous portons pendant cette vie terrestre, même si nos ancêtres se trouvent sur un autre plan.

Il est toutefois possible de demander d'être libérés de ces liens karmiques en faisant un petit exercice. Pour cela, il est nécessaire de nous visualiser en conscience dans un lieu impersonnel de couleur blanche correspondant à un plan subtil.

Notre conscience associée à notre corps astral s'y placera immédiatement et cela, même si nous ne connaissons pas ce lieu. À partir de cet endroit, nous visualiserons que nous appelons à haute voix, mais cette fois-ci par une pensée consciente, forte et avec respect, tous ceux qui composent notre généalogie biologique. En faisant ainsi, nous appellerons les consciences de nos familles et celles de nos ancêtres.

Dans tous les plans subtils, ainsi que pour notre plan terrestre, lorsque nous appelons intérieurement une personne, celle-ci capte l'information au niveau de son subconscient et y répond, sans que cela ne parvienne à sa conscience. Nous sommes ainsi en permanence connectés à l'univers, tout est relié avec tout. En appelant télépathiquement nos ancêtres,

nous pouvons être assurés qu'ils répondront à notre demande et seront présents pour être témoin de ce que nous allons leur demander.

De plus, nous avons le choix de couper les liens, par exemple, de nos ancêtres jusqu'à nos grands-parents que nous aimons, et garder les liens avec nos grands-parents et parents. Souvenons-nous cependant qu'il s'agit de liens karmiques donc, ne s'effacera que ce qui doit l'être.

Il faudra visualiser que nous les voyons telles des silhouettes. Il sera donc nécessaire, en tout premier lieu, de manifester notre reconnaissance en les remerciant pour tout ce qu'ils nous ont apporté. Nous leurs demanderons ensuite d'accepter de nous libérer du karma collectif familial, leur précisant que nous avons compris et assimilé intérieurement que ce corps n'est qu'un véhicule pour vivre cette incarnation, et qu'en tant qu'esprit, nous demandons à être libéré du karma qui ne nous concerne plus.

De plus, cet exercice nous libérera de notre ascendance au niveau de notre corps physique, mais il est nécessaire de nous rappeler que le plus important est notre ascendance spirituelle.

Il nous faudra pour cela visualiser de manière symbolique que nous coupons les liens partant de nous-mêmes et allant vers eux, ce que fera de manière réelle cette fois-ci notre partie supérieure.

Notre partie supérieure complètera cet acte de libération dans le cas où nous ne sommes pas certains de l'avoir réalisé correctement.

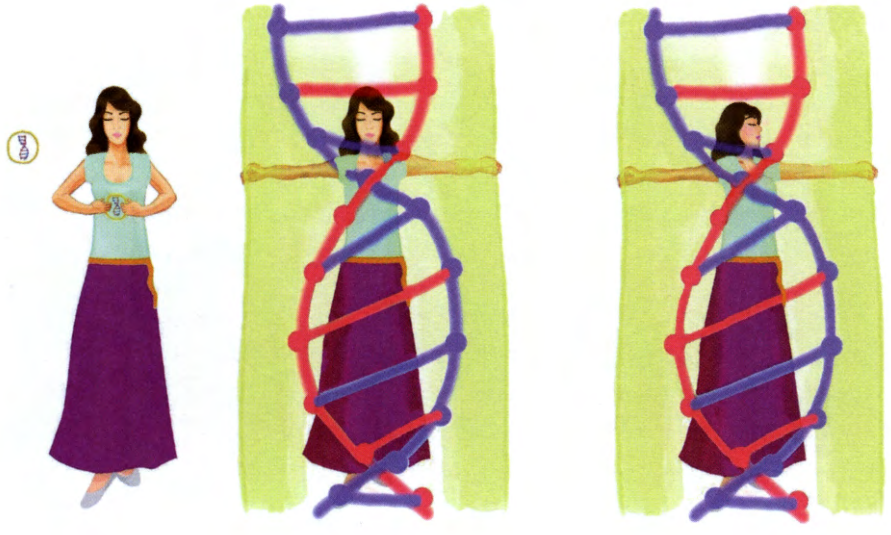
Faire apparaître les charges négatives restantes de nos corps subtils

Pour faire apparaître les charges négatives restantes dans nos corps subtils et pour les ressentir physiquement, nous devons affirmer notre signature personnelle qu'est notre ADN. L'objectif étant de distinguer les charges énergétiques dont les énergies ont été mélangées avec les nôtres.

L'ADN confirme ainsi que chacun d'entre nous est unique. Dans le cas de vrais jumeaux, qui viennent à l'origine d'un même œuf (monozygotes), chacun possède son propre ADN. Il en est de même pour les clonages d'animaux, l'ADN de chaque animal cloné est unique bien qu'ils aient été clonés à partir de cellules communes.

Donc, pour faire apparaître les charges négatives que nous portons, nous devons les faire ressortir en affirmant consciemment notre signature personnelle. Pour réaliser cette expérience, il est nécessaire de ressentir nos énergies au début de l'expérience pour les repérer avant tout travail. Cela nous sera utile pour distinguer plus facilement tout changement énergétique qui risquerait de se produire.

Pour commencer, nous allons affirmer intérieurement notre ADN et la zone qui le couvre. L'ADN est une signature provenant des cellules de notre corps physique dont la zone, si nous pouvons employer ce terme, s'étend à la limite de celui-ci. Il correspond à l'écartement de nos mains les bras écartés au maximum, sans oublier la même amplitude devant et derrière nous.



Pour cela, nous devons imaginer que nous partons du centre de notre être correspondant à l'axe vertical de notre colonne vertébrale et de

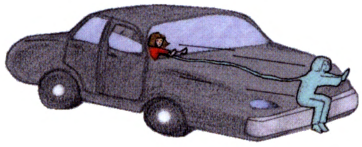
nos chakras. Nous commencerons alors à serrer les mains l'une contre l'autre devant le chakra du cœur situé entre les seins et nous les écarterons lentement et consciemment comme pour écarter notre zone d'ADN. Nous commencerons par écarter sur les côtés, puis ensuite devant et derrière.

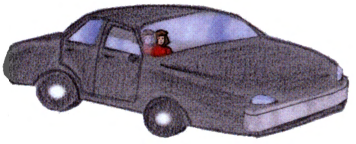
Nous affirmons ainsi consciemment notre zone d'ADN. Ceci réalisé, nous constaterons que nous ressentons notre énergie qui circule cette fois-ci plus nettement. Si nous avons correctement affirmé notre énergie personnelle, nous pouvons, à partir de ce moment là, faire apparaître son contraire c'est-à-dire les charges énergétiques que nous portons et dont les énergies sont mélangées aux nôtres.

Pour cela, il nous faut demander avec une intention ferme que ces charges négatives apparaissent, afin de les ressentir fortement, parfois même avec un léger malaise provisoire. Le fait de les faire apparaître nous permettra de les enlever avec le tamis, puis d'envoyer ce tamis au centre de la Terre qui les recyclera. Il faudra renouveler cette opération plusieurs fois, jusqu'à ce que nous nous sentions mieux.

Repérer si notre corps astral est décalé et le replacer

Notre corps astral peut se déboîter pour de multiples raisons, dont l'une est le cauchemar et l'autre les chocs émotionnels ou physiques.



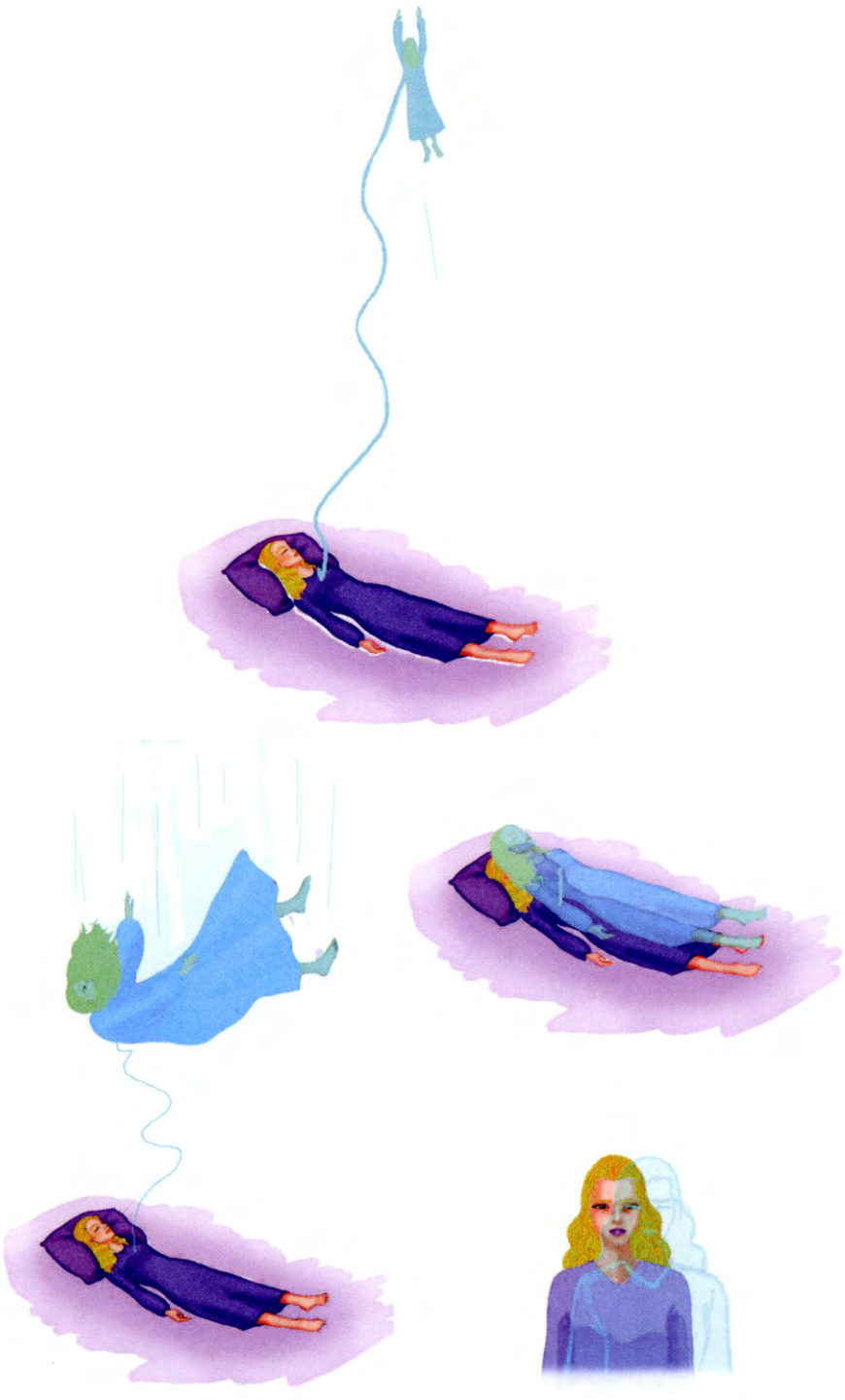


Dans le cas par exemple d'un freinage brutal, notre corps astral continue sa course même si le véhicule s'est arrêté, puis il revient brutalement à sa place. Le problème est qu'il ne se replace pas toujours correctement dans le corps physique.

Dans le cauchemar, notre corps astral est rappelé rapidement dans notre corps physique, pouvant le laisser décalé de quelques centimètres de sa contrepartie physique.

Nous pouvons repérer ce décalage par le fait qu'il génère parfois un mal de tête et notre vision physique peut parfois être plus floue. De plus, lorsque le corps astral est très déboîté, notre corps physique peut nous paraître plus lourd.

Enfin si nous nous regardons dans un miroir, nous aurons l'impression d'avoir les "traits tirés" et un rayonnement intérieur amoindri.



Pour corriger cela, nous avons le choix de nous recoucher, afin que le corps astral se repositionne correctement ou de le replacer nous-mêmes en l'attrapant avec nos mains physiques, s'il est juste un peu décalé, et de le replacer à sa juste place (cette technique est décrite en détail dans le livre précédent).

Dans le cas où il est plus éloigné, il sera nécessaire de visualiser que nous nous trouvons à l'intérieur de notre corps astral et que nous redescendons dans notre corps physique jusqu'à le remboîter parfaitement, c'est-à-dire sans oublier nos doigts de mains et de pieds.

Le corps astral peut être décalé ou sorti pour d'autres raisons tel qu'un choc émotionnel qui nous a fortement touché. Rappelons-nous que le corps astral se nomme aussi le corps émotionnel.

Enlever les masses énergétiques qui empêchent le corps astral de se replacer correctement

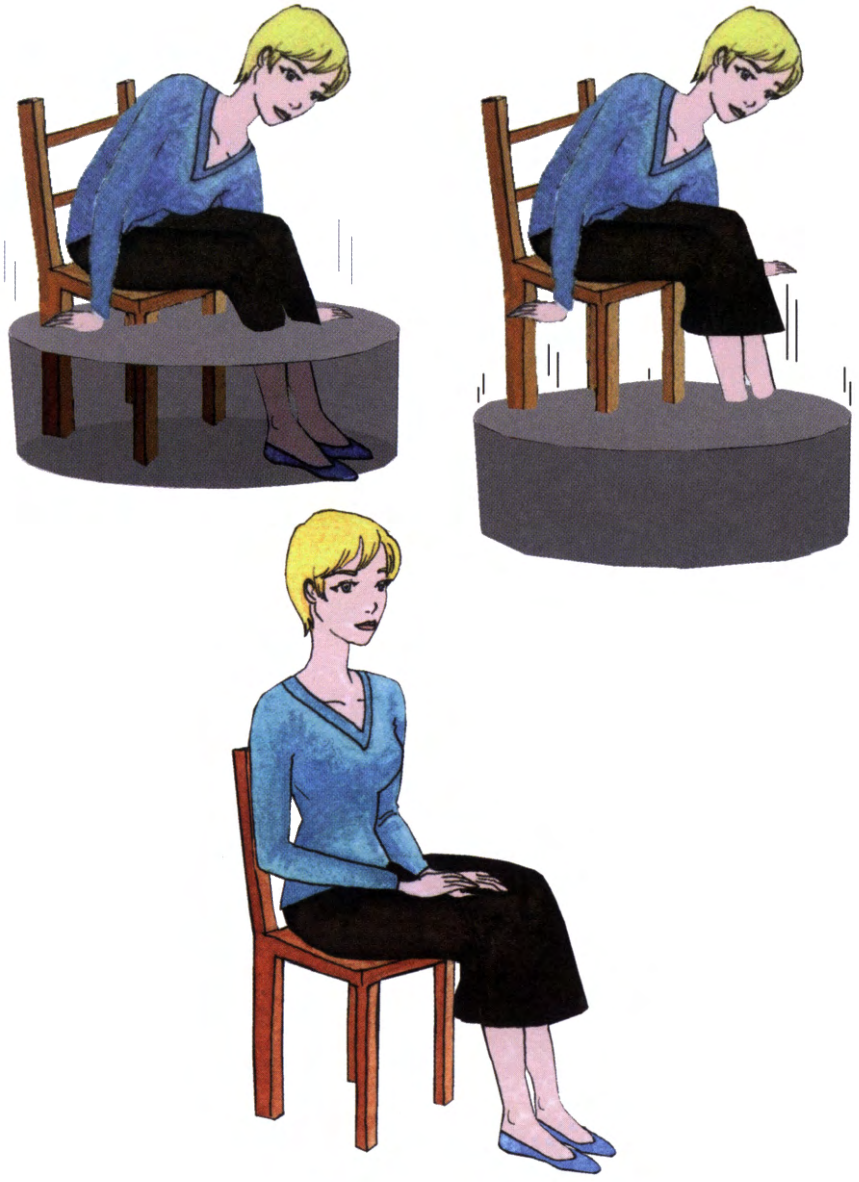
Il arrive parfois, lorsque nous avons tendance à fuir notre réalité avec ses difficultés, que notre corps astral, qui est le corps des émotions, se déboîte et s'élève, restant en suspension au dessus du corps physique.

Si le corps astral est absent pendant une longue période, il peut apparaître une masse d'énergie éthérique congestionnée qui enserre les pieds du corps physique.

En premier lieu, nous avancerons nos mains au dessus de la masse en faisant de petits va-et-vient jusqu'à ressentir une résistance.

Pour enlever celle-ci, il faudra la tenir avec nos deux mains écartées de chaque côté de nos pieds, pour la séparer et la déchirer en son milieu comme nous le ferions avec de la pâte à modeler.

Nous l'enverrons ensuite au centre de la Terre qui la recyclera.



Diminuer ou supprimer notre karma négatif

Essayons d'en finir avec le karma négatif qui est comparable à un surendettement au niveau spirituel. Il est la raison pour laquelle nous devons vivre certaines expériences pour lesquelles nous n'avons pas assimilé les leçons à ce jour et qui sont pourtant incontournables. Il est donc préférable d'accepter que les choses se présentent et qu'elles doivent se vivre de toute manière, même si nous n'en comprenons pas la finalité. Se révolter n'apporte rien puisque, comme dit le maître Philippe de Lyon : "Tout temps passé en révolte est à refaire !" puisque la leçon n'est pas acceptée et encore moins assimilée. Il est ainsi fortement probable qu'elle se représentera dans notre vie.

Afin d'apurer plus rapidement notre karma négatif, rappelons-nous que chaque chose, chaque événement, chaque rencontre qui se présente à nous possède sa raison d'être étant donné que rien n'est le fruit du hasard.

La meilleure attitude que nous puissions avoir est de ne pas résister, c'est-à-dire de lâcher prise sur ce qui doit être vécu. En ayant cette attitude, on acquiert à un certain moment le recul nécessaire pour vivre les choses avec plus de légèreté. L'attitude que nous prendrons en acceptant ce qui vient, réduira le temps de notre karma négatif. De plus, en prenant les évènements avec plus de recul, tout nous semblera plus facile, nous faisant vivre les situations avec le minimum de souffrance. L'enjeu est donc de taille.

Enlever le reste de karma négatif imprégné dans nos corps subtils

Une fois notre karma négatif nettoyé, nous constaterons que nos différents blocages rentreront dans l'ordre, ce qui nous permettra de faire des choses qui semblaient impossibles auparavant. Il est néanmoins nécessaire d'enlever les empreintes restantes de ce karma négatif qui a eu tout le loisir d'imprégner notre subconscient de manière comparable à un interdit subtil qui nous empêche de réussir dans tous les axes souhaités.

Pour supprimer ces empreintes restantes, nous devons en premier lieu méditer sur le fait que ces interdits n'ont plus de raison d'être.

Enfin, pour terminer correctement ce nettoyage, il nous faut visualiser que nos corps subtils sont devant nous: notre corps éthérique, notre corps astral, notre corps mental, notre corps causal et notre âme. Ensuite, nous affirmerons et imprimerons fortement cette information par la pensée : "tout nous est désormais possible et cela à partir de maintenant". Nous arrêterons cet exercice lorsque nous aurons ressenti intérieurement que la leçon est comprise et assimilée.

Dès que cette affirmation aura été effectuée, nous visualiserons que tous nos corps subtils se remboitent correctement. Il est possible de ressentir une petite joie intérieure après l'avoir fait, nous confirmant que notre message a bien été entendu, mais ce n'est pas toujours le cas. Néanmoins le but sera atteint lorsque nous aurons la certitude que nous sommes libres de réaliser ce que nous désirons.

Comment parer aux différents parasitages des plans subtils ?

"C'est une erreur de renoncer. Les choses tombent d'elles-mêmes. Elles s'éloignent de vous."

SWAMI PRAJÑANPAD

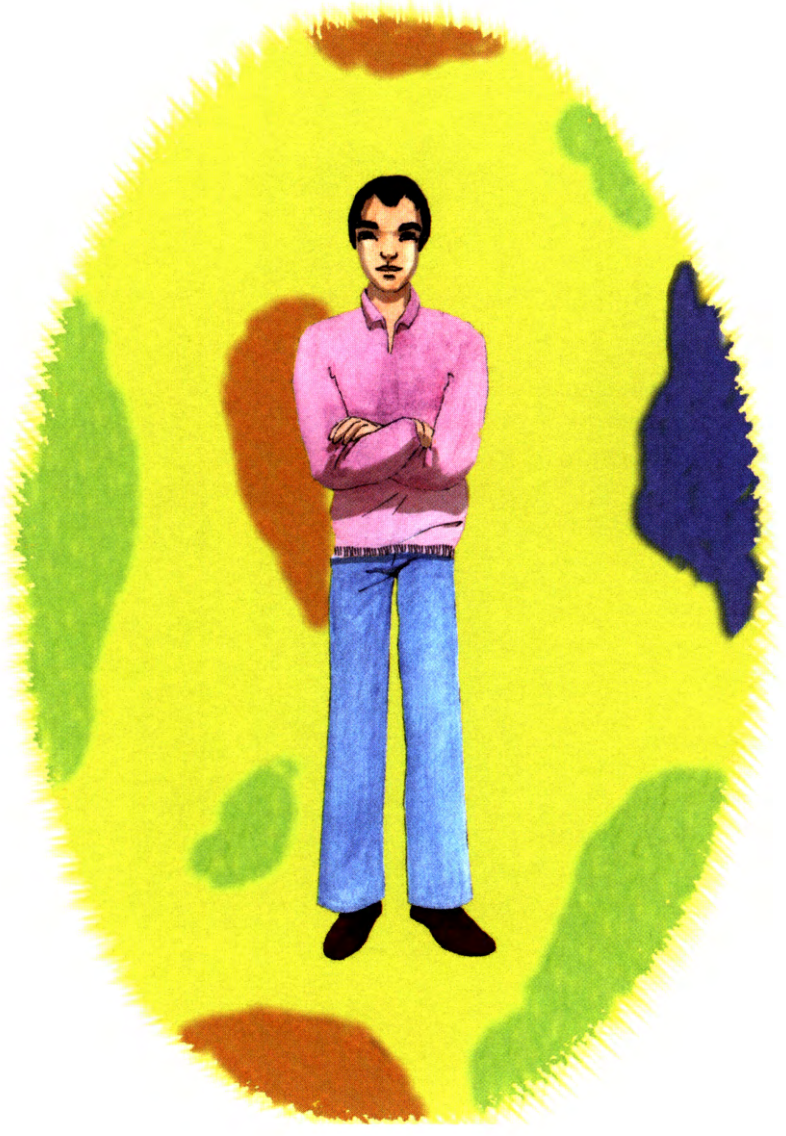
Se protéger des parasites astraux ?

J'ai souvent remarqué que les personnes qui se plaignent de la présence de parasites, sont souvent des êtres spirituels mais qu'ils ne sont pas assez ancrés.

En effet, ces personnes ont leurs chakras supérieurs très développés et leurs trois premiers chakras plutôt faibles, en terme d'ancrage.

Cela a pour conséquence que la partie basse de leur aura manque d'énergie, rendant cette partie diaphane et poreuse, ce qui permet aux parasites de s'y placer.

À l'inverse les "bons vivants" ne se plaignent généralement pas de ces problèmes d'infestation alors qu'ils sont eux aussi sensitifs. Leur particularité est qu'ils sont bien ancrés à la terre et que leur aura bien dense leur sert de rempart par rapport aux parasites astraux.



Utiliser nos mains physiques pour enlever les parasites

Nous pouvons utiliser nos mains physiques pour repérer puis attraper les parasites de l'astral situés dans notre aura. Pour cela, nous promènerons nos mains dans l'aura de notre partenaire ou dans la nôtre pour distinguer la différence de texture subtile entre l'énergie aurique et la matière astrale ou éthérique du parasite, que nous percevrons de manière plus dense. Nous enverrons ensuite celui-ci au centre de la Terre qui le recyclera.

Utiliser nos mains astrales pour enlever les parasites

Pour se débarrasser d'une forme pensée, d'un parasite de l'astral ou d'une larve, nous procéderons de la même manière puisqu'il s'agit généralement d'une présence de petite taille.

Pour ce type de nettoyage, il est nécessaire d'utiliser nos mains astrales. Elles nous permettront ainsi d'aller chercher le parasite jusqu'à l'intérieur des corps physiques et éthériques. Nous pouvons aussi agir à distance en visualisant la personne devant nous.

Témoignage

Un jour, Mlle Lucie M. m'a appelé au téléphone parce qu'elle déprimait. Comme elle n'était pas prête intérieurement à comprendre l'aide que je pouvais lui apporter, je ne lui ai pas précisé mon mode d'action au niveau des corps subtils, mais j'ai demandé l'accord d'en haut avant d'agir sur elle.

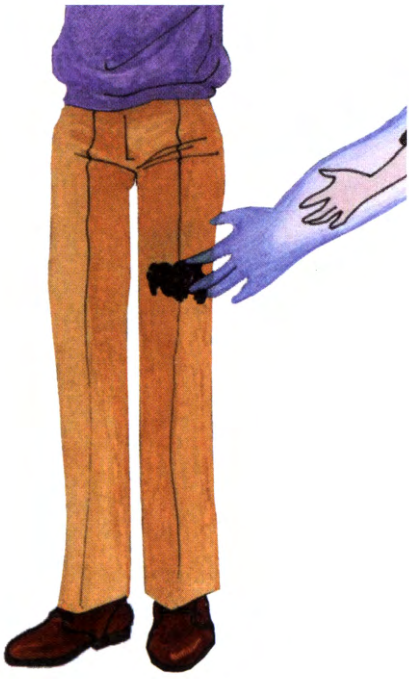
Ayant reçu cet accord, j'ai visualisé de la lumière blanche qui descendait sur elle de la tête aux pieds, semblable à un scanner, afin de la nettoyer de toutes les énergies négatives pouvant l'encombrer. Arrivé au niveau de ses poumons, j'ai été surpris de percevoir une poche noire et brillante. En lui envoyant de la lumière blanche, je vis la poche se déchirer, laissant tomber au sol trois larves astrales de couleur vert clair, que j'ai ensuite envoyées dans le centre de la Terre dans le but de les détruire.

A partir de ce moment là, elle constata elle-même que son état intérieur et son état énergétique s'étaient améliorés progressivement jusqu'à retrouver la joie de vivre.

Il arrive quelquefois que nous portions à l'intérieur de notre corps éthérique une forme pensée vivante ou un parasite de l'astral. Il est impératif d'attraper cette présence et de la détruire car ayant mélangé

ses énergies avec les nôtres, elle porte dans sa mémoire nos vibrations et par ce fait, elle peut facilement retrouver notre fréquence énergétique et revenir sur nous.

Soyons rassurés, ces êtres sont souvent des ébauches de création, ils n'ont pas d'intelligence propre, mais peuvent, par contre, devenir des parasites très efficaces.



Il est important, lorsque l'on repère la présence de ces petites entités, de créer autour de nos mains physiques des gants astraux, ceci afin de ne pas ressentir leur aspect piquant et de nous protéger efficacement.

Nous repérerons qu'il s'agit bien d'entités car nous sentirons qu'elles se déplacent, donnant parfois une sensation de mouvement dans le corps qui ne ressemble en rien à un spasme ou une réaction nerveuse. L'aspect piquant correspond aux vibrations négatives et lourdes qu'elles émettent. Ces vibrations n'ont rien à voir avec notre vibration humaine.

Le fait d'avoir un ou plusieurs parasites sur ou en soi abaisse la qualité vibratoire ainsi que le champ aurique. Il arrive parfois que nous ayons un de ces parasites dans un chakra, aspirant ainsi l'énergie de celui-ci au point d'en déséquilibrer l'aura.

Si ces petites entités sont situées sur l'extérieur du corps éthérique, ce qui correspond exactement à l'extérieur du corps physique, il nous suffira de les attraper avec les gants astraux pour les transformer en

lumière et nous les enverrons ensuite au centre de la Terre qui les recyclera.

Dans le cas où elles sont situées à l'intérieur du corps, nous pouvons adapter nos mains astrales par visualisation, leur donnant la forme d'un racloir entourant la bestiole comme une feuille, ne nous servant que de la partie plate de cette "feuille" pour l'entourer afin de ne pas être mordu puis de l'enfermer pour ensuite s'en débarrasser définitivement.

Une entité du bas astral qui attaque physiquement

Témoignage

Un voyant était venu me consulter pour me demander de le dégager de négativités qu'il percevait en lui. Il me précisait aussi qu'il avait très mal au dos depuis environ 20 ans. En me branchant sur ce voyant, je constatai qu'il avait en lui une présence du bas astral qui le parasitait. Je créai donc un tube astral afin de pouvoir l'aspirer à l'intérieur.

Cette entité était négative, elle ressemblait à un chat noir pour le haut du corps, avec comme particularité d'avoir, à la place des pattes arrières, un corps se terminant en triangle. Pendant que j'aspirais la première entité dans le tube astral que je venais de créer, j'ai vu qu'il en avait une autre.

Profitant de mon hésitation à l'aspirer dans le même tube, le second "chat noir" est rentré en moi, s'enroulant en une fraction de seconde autour de ma colonne vertébrale. Il s'est ensuite étiré d'un coup, me donnant ainsi une violente douleur vertébrale. La douleur était très vive physiquement, me bloquant le dos pendant quelques instants.

Immédiatement, je sortis ma main astrale de ma main physique pour la plonger à travers mon thorax, vers l'entité que je saisis par la tête et dont je me suis ensuite débarrassée afin qu'elle ne puisse plus nuire à personne. Le mal de dos disparut instantanément sur moi-même et sur mon patient après le dégagement de ces deux êtres.

Ce voyant avait consulté des spécialistes durant des années sans résultat probant. Pour la première fois, il ne sentait plus ses douleurs.

Une entité glaciale dans un corps physique

Témoignage

Je fis un jour un stage de lithothérapie, à savoir l'étude des pierres à des fins thérapeutiques.

Au cours d'un exercice, nous passions nos mains au-dessus de Mme Marie B. pour la recharger énergétiquement. Au moment où je mettais ma main au-dessus de sa cuisse, j'ai senti que quelque chose me mordait. Voulant vérifier mon ressenti, j'ai à nouveau passé ma main plusieurs fois au même endroit, constatant à chaque fois que quelque chose agrippait mes doigts. J'ai alors essayé d'attraper ce parasite, mais je me suis alors aperçu que sa partie principale était à l'intérieur du corps physique de Mme Marie B. Ce qui dépassait à l'extérieur de son corps ne représentait qu'une petite partie de cet être.

J'ai donc visualisé que ma main astrale sortait de ma main physique, et je la plaçai ensuite dans un gant astral créé par visualisation afin de ne plus être mordu. J'ai ensuite mis cette main astrale "en cuillère", attrapant ainsi un tout petit être glacial de la taille d'une paume de main. C'était la première fois que je sentais quelque chose d'aussi froid au niveau astral. Les personnes présentes m'ont alors demandé si elles pouvaient le ressentir à leur tour, je le déposais donc dans leurs mains. Ils ressentirent tous ce froid glacial. Cette sensation était tellement nette que nous avions tous l'impression d'avoir en main un gros glaçon. Je me suis débarrassé de cette petite entité du bas astral en la renvoyant dans son plan astral d'origine.

Dans le cas où l'entité n'est pas vraiment négative, il est préférable de ne pas la détruire et de l'envoyer au loin, dans le plan subtil d'où elle provient. Mme Marie B. me précisa pendant le dégagement qu'elle avait froid à cet endroit précis de son corps depuis plus de deux ans. Elle a ensuite pu constater que ce ressenti était bien parti.

De telles expériences renvoient toujours vers de nouvelles questions :

- d'où provient ce genre d'êtres ?
- possèdent-t-ils une intelligence ? Une âme ?
- comment Mme Marie B. a-t-elle récupéré un tel être dans son corps ?
- comment s'en protéger ?

Nous voyons bien que nous ne sommes qu'au début des recherches et le champ d'exploration semble immense.

Une entité qui perturbe le développement d'un enfant

Témoignage

J'ai reçu un courrier de Mme Virginie S. me demandant de vérifier, pour sa fille Emeline, s'il y avait quelque chose d'invisible la parasitant. Sa famille était perplexe sur l'aide que je pouvais apporter.

Emeline était une petite fille de 5 ans considérée comme handicapée. Elle avait un certain retard de développement, en particulier pour sa motricité fine et sa marche qui ressemblait à celle d'un automate qui se déplace avec une extrême lenteur.

Je suis donc sorti avec mon corps astral afin de vérifier s'il y avait des entités malsaines en elle ou autour d'elle pouvant la perturber.

J'ai ainsi, comme à mon habitude, demandé à être guidé et protégé avant d'effectuer cette action, par ceux qui m'accompagnent sur l'autre plan. Je leur précise toujours que si ce que je fais ne doit pas être, qu'ils l'annulent tout simplement. Par exemple, s'il s'agit d'un cas karmique, la personne doit vivre cette épreuve de toute façon. Cette énergie sera alors dépensée pour ceux qui en ont besoin.

J'ai ensuite regardé s'il y avait un parasite astral en elle.

J'ai donc transformé mes doigts astraux en forme de pointes que j'ai utilisées pour traverser son corps astral sans la blesser, avec la ferme intention de repérer toute présence étrangère à Emeline.

À ma grande surprise, je me suis retrouvé avec un petit être flasque entre les doigts, que je me suis empressé d'envoyer dans son plan d'origine, car il n'était pas vraiment négatif, même s'il gênait l'épanouissement de cet enfant.

J'ai immédiatement prévenu sa maman de ce que je venais de faire afin qu'elle observe les changements éventuels qui pourraient en découler.

Elle me rappela le lendemain matin pour m'expliquer qu'elle avait dû aller aux urgences de l'hôpital à trois heures du matin, car Emeline vomissait une substance de couleur noire. Le médecin avait diagnostiqué pour ce cas un excès de fer.

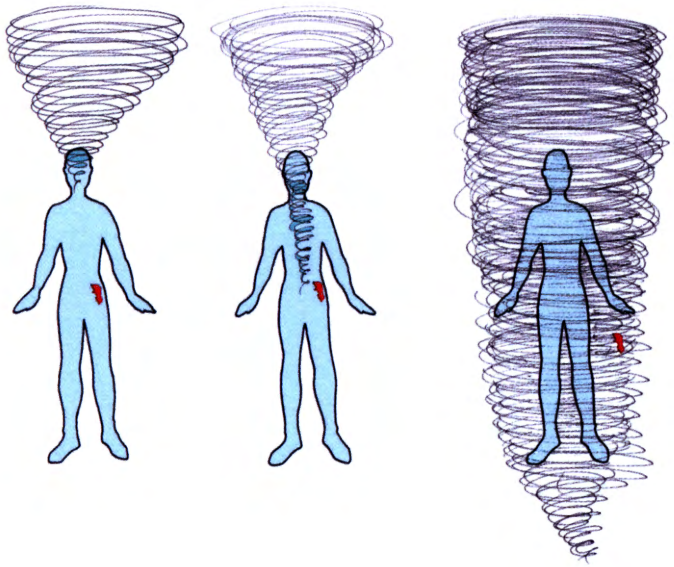
Ce phénomène arrive parfois après un dégagement d'entité, car le corps élimine physiquement les impuretés laissées par l'entité qui vivait à ses dépens.

Le jour même, Emeline a marché normalement. De plus, après avoir replacé correctement son corps astral dans son corps physique, elle a manifesté plus de présence au travers de son regard et plus de dextérité manuelle.

Créer un tourbillon pour enlever les parasites astraux

Nous pouvons créer un tourbillon qui enverra vers l'extérieur les petits parasites qui vivent à nos dépens.

Pour cela il faut visualiser un tourbillon à force centrifuge renvoyant les corps étrangers vers l'extérieur, puis le faire descendre à partir



du dessus de notre tête en traversant notre corps à la verticale pour terminer à quelques centimètres sous nos pieds.

Nous le visualiserons tournant sur lui-même avec une amplitude de 5 cm de diamètre au départ. Dès qu'il arrivera au-dessous de nos pieds, nous le visualiserons s'élargissant au fur et à mesure au point de dépasser notre aura, repoussant vers l'extérieur tout élément étranger qui s'accroche. Nous pourrons ensuite visualiser que tous les parasites qui ont été expédiés à l'extérieur de notre aura explosent en particules de lumière.

Aider les défunts à monter vers la lumière

Ainsi que je le précisais, le défunt qui refuse de monter vers la lumière et les plans supérieurs qui l'attendent n'est pas très avancé spirituellement. Malgré de multiples expériences lui prouvant le contraire, il n'accepte pas son décès, souvent à cause de peurs et d'angoisses, rejetant ainsi cette nouvelle réalité qui le dérange.

En général, il ne quitte pas les lieux où il vivait. Certains d'entre eux perturbent parfois la présence des nouveaux occupants, n'acceptant pas

que d'autres prennent leur place et "leurs biens". Ils se battront ainsi pour défendre "leur territoire".

Nous devons aider ce type de défunt à accepter cette réalité et pour cela, lui expliquer avec patience, comme si nous parlions à quelqu'un qui a souffert. Nous lui précisons qu'il a quitté son corps physique et que sa vie est ailleurs, sur l'autre plan où il sera plus heureux avec ceux qui l'aiment et l'attendent.

Pour l'avertir, il nous est possible de lui envoyer un message télépathique. Il suffit pour cela, en pensée, de lui préciser qu'il peut appeler les anges. Cette demande doit être faite par le défunt lui-même car nous ne pouvons pas nous substituer à lui ; il lui est demandé de s'investir dans sa demande.

Il faut rappeler que les bougies, l'encens et la prière individuelle ne permettent pas au défunt de monter jusqu'aux plans de lumière, mais lui apportent une aide spirituelle qui l'éclairera et l'élèvera intérieurement. Cela peut suffire pour lui faire comprendre qu'il doit s'adresser à son ange gardien, son guide spirituel, le Christ, la Vierge ou les êtres de lumière qui lui sont proches.

Si sa demande provient vraiment du cœur, il constatera que des anges, des guides ou des êtres de lumière viendront le chercher. Rappelons-nous que les anges nous répondent si nous les appelons, même si nous ne les voyons pas et que nous ne percevons pas leur réponse. Ils ont un tel respect pour l'homme qu'ils ne veulent pas interférer avec son libre arbitre. C'est pour cette raison qu'ils n'apparaissent pas à l'improviste car dans ce cas, ils feraient une intrusion dans notre vie.

Si nous savons sortir avec notre corps astral, nous pouvons le faire monter avec son accord vers les plans de lumière jusqu'à ce lieu que l'on appelle l'ovale de lumière. Cet ovale de lumière semble être l'une des entrées par laquelle les personnes ayant vécu des EMI (expériences de mort imminente) passent pour aller vers les plans de lumière (pour plus de précisions, se référer au livre *Développez vos facultés psychiques et spirituelles* Éd. Exergue).

Si nous désirons le diriger "vers les plans de lumière", il nous faut appeler télépathiquement sa famille spirituelle et ses proches qui sont sur place afin qu'il soit accueilli par les siens.

Au cours d'une émission télévisée, un clairvoyant expliquait qu'en passant en voiture, il avait vu la présence d'un défunt au bord de la route. Quelques semaines plus tard, il repassait au même endroit avec un appareil photo Polaroïd. La photo prise à cet endroit précis montrait une zone floue, semblable à une petite vapeur blanche, qui démontrait bien qu'il y avait là un phénomène inhabituel.

Cette information avait été confirmée par d'autres personnes qui ont constaté que beaucoup de défunts restent à un endroit précis, comme figés, pendant une longue période. Après de nombreuses recherches, j'ai reçu l'information qu'ils revivent simplement dans leurs souvenirs et semblent vivre des rêves éveillés.

Pour expliquer ce phénomène de rêve éveillé que vivent certains décédés, nous pouvons utiliser la comparaison suivante: si sur terre nous avons été accusé injustement, le choc émotionnel est tel que nous pouvons nous retrouver marchant dans la rue, parlant à voix haute et répondant aux personnes accusatrices. Nous pouvons ainsi revivre la scène avec tous les acteurs comme s'ils étaient encore présents. Ce que nous avons vécu nous soustrait du monde comme si nous étions enfermés au point d'en oublier les gens autour de nous.

Dans le cas où la personne décédée revit une scène du passé, elle peut se retrouver comme enfermée dans son film intérieur car dans le plan astral, la pensée est créatrice. Elle reconstitue la scène du passé en présence de tous ses interlocuteurs, sans faire la différence entre ce qu'elle a réellement vécu et sa création mentale.

C'est pour cette raison qu'il est nécessaire de maîtriser un minimum son mental, de crainte de nous retrouver enfermés dans un rêve éveillé. En le maîtrisant, nous ne fausserons pas le plan astral où nous serons, nous verrons ainsi la réalité de ce lieu.

La présence d'une personne défunte dans une aura

Pour repérer si, dans notre aura, il y a un défunt, il faut avoir la ferme intention de le ressentir avec nos mains.

Pour cela nous devons avancer nos mains et palper le vide autour de nous, à 50 cm environ, jusqu'à la limite de notre aura. Si nous sentons une résistance et que nous constatons que les contours de cette entité ressemblent à une forme humaine, il est probable qu'il s'agisse d'un défunt. Dans ce cas, attrapons-le par les épaules, puis expliquons-lui qu'il n'a rien à faire dans notre aura.

Nous constaterons qu'en règle générale, il se place à l'avant ou à l'arrière de nos chakras, aspirant ainsi leurs énergies même s'il n'en a pas conscience. Cet exercice nous permettra de distinguer nettement la différence de ressenti entre l'énergie de l'aura et le corps astral du défunt.

La présence d'une personne défunte dans un corps physique

Il arrive parfois que nous ayons des défunts à l'intérieur de notre corps physique. Ces êtres ont trouvé en nous quelqu'un qui les rassure. Nous ne pouvons pas considérer ces présences comme une possession au sens propre car ils ne nous dirigent pas. Ils sont simplement présents.

Le problème vient du fait que, même s'ils sont totalement passifs, leur présence influe toutefois sur deux aspects :

1. Nous partageons notre énergie avec eux, même si les corps astraux des défunts en absorbent beaucoup moins qu'un corps physique.

2. Ils influencent notre caractère. Nous risquons d'avoir des réactions qui ne sont pas les nôtres.

Nous avons pu récupérer ces défunts dans n'importe quel endroit, un hôpital, un cimetière, un magasin, un lieu public, ou simplement lors d'une rencontre.

Une personne peut avoir un ou plusieurs défunts avec elle qui passeront, selon leur choix, d'une personne à une autre.

Témoignage

Un jour, j'ai reçu la visite de Mme Camille V. qui avait vécu sereinement l'enterrement de sa mère un an auparavant. Puis, quelque temps après, elle se retrouva dans un état dépressif, repensant sans cesse à sa mère et pleurant.

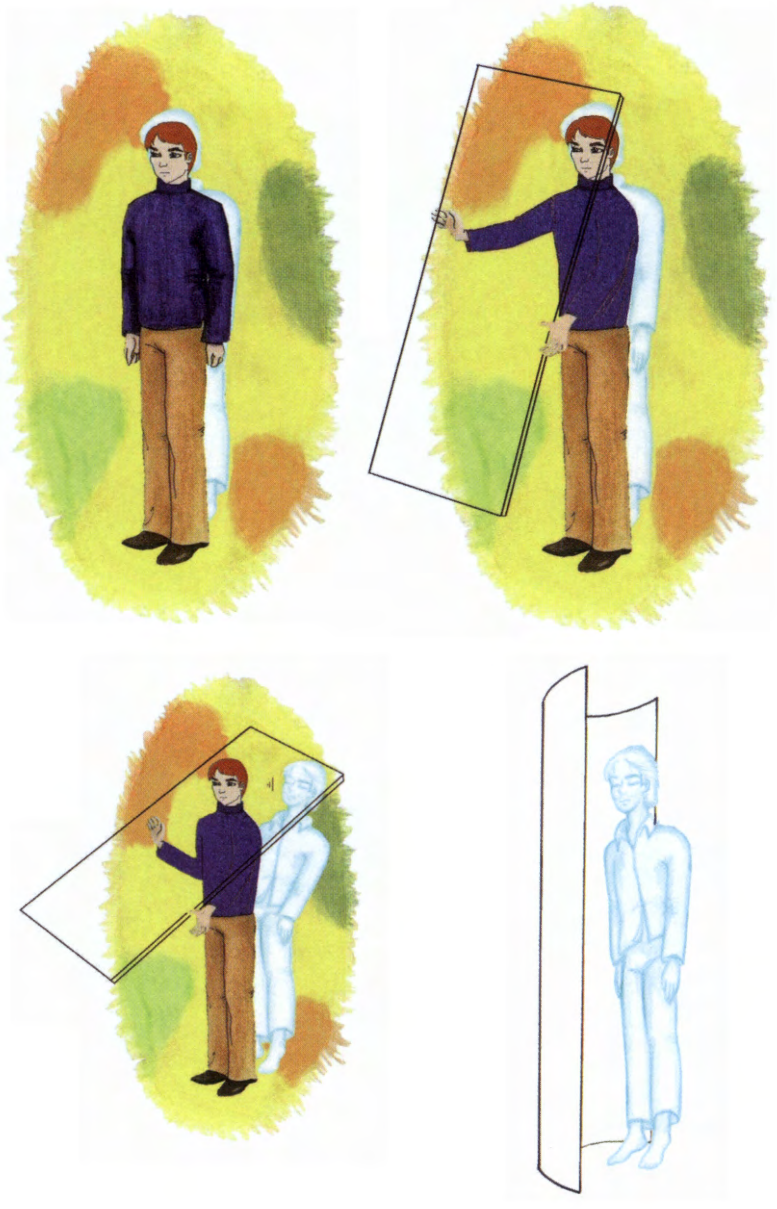
En la regardant de près, je perçus dans son aura la présence d'une femme âgée, située à l'arrière gauche de son corps physique. Il semblait effectivement que sa maman était revenue dans l'aura de sa fille. Je demandai à la maman si elle se sentait prête à monter dans la lumière et si sa fille était d'accord.

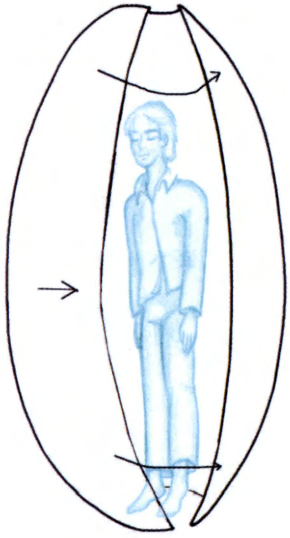
Je les emmenai donc toutes les deux astralement dans la lumière, la mère pour son départ définitif et la fille pour accompagner sa maman. Sa maman retrouva sa famille et amis décédés qui vinrent l'accueillir sur le plan astral et elle repartit avec eux.

Après cela, sa fille se sentit de nouveau en paix. Elle n'eut plus à se plaindre de la présence de sa mère.

Enlever un défunt situé dans notre corps physique ou dans notre aura

Pour enlever les défunts de notre corps physique ou de notre aura, nous pouvons créer une porte qui nous servira de tamis.

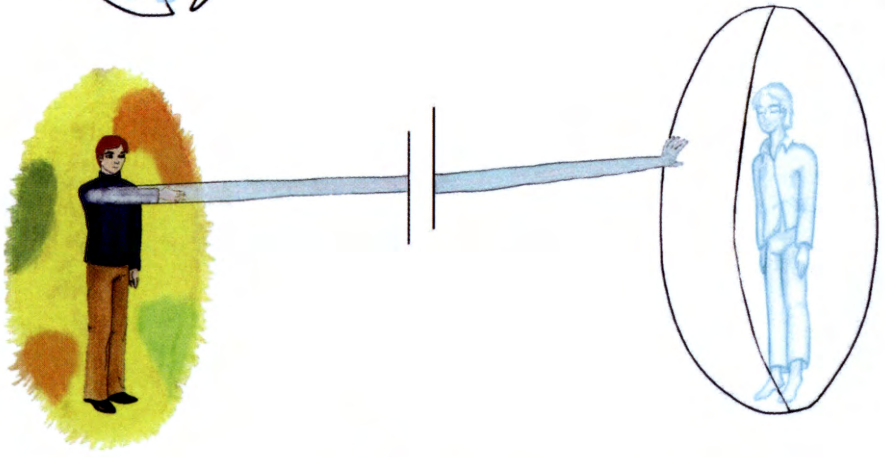


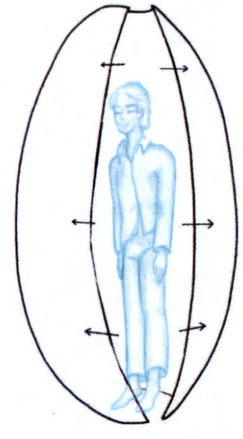


Cette porte traversera notre corps physique et notre aura avec l'intention bien ciblée de repousser les intrus.

Nous transformerons ensuite cette porte en une coque qui enfermera provisoirement le ou les présences de manière à ce qu'elles ne reviennent pas sur leur victime.

Il m'est déjà arrivé d'enlever une entité sur une personne et de voir cette même entité revenir sur sa victime située à quelques mètres



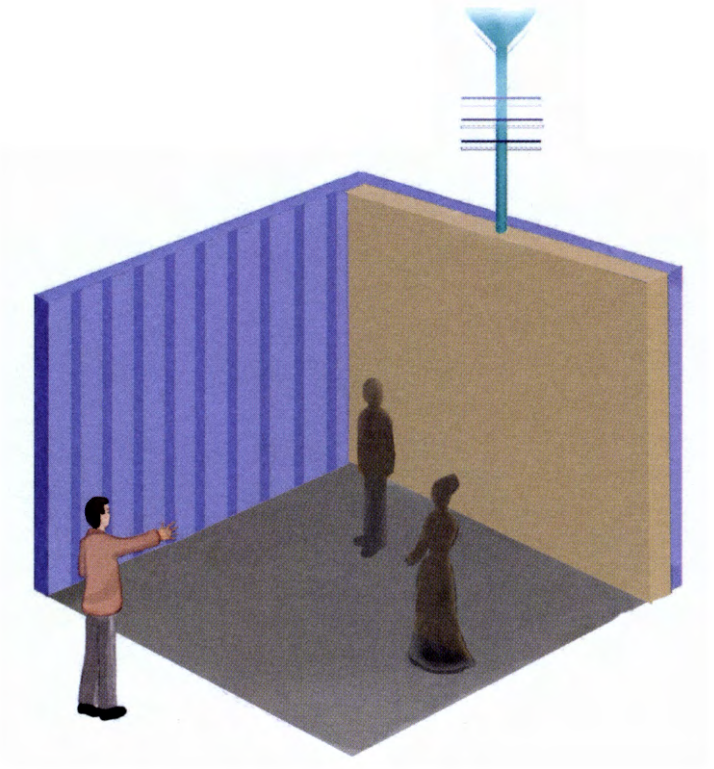


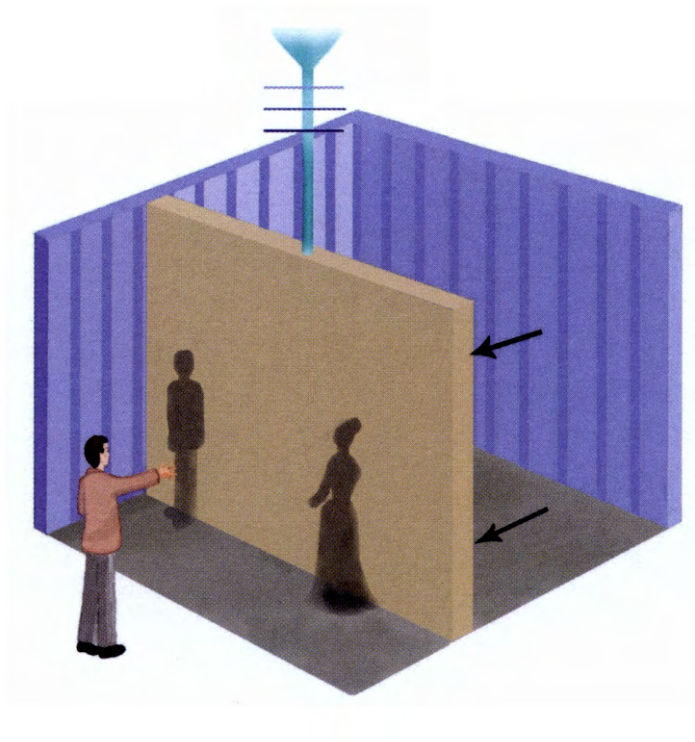
C'est pour cette raison qu'au moyen de notre bras astral, nous enverrons ensuite cette coque à plusieurs centaines de mètres puis nous l'ouvrirons à distance pour les libérer.

Nous nous adresserons télépathiquement aux défunts comme s'ils étaient devant nous, en leur expliquant qu'ils doivent eux-mêmes appeler les anges dans une démarche de cœur, personnelle et sincère afin qu'ils viennent les chercher pour les aider à monter dans le plan qui leur correspond.

Nettoyer notre maison de ses présences subtiles

Si nous constatons autour de nous la présence d'entités négatives alors que nous sommes dans notre domicile et que nous éprouvons une certaine oppression, nous pouvons visualiser un mur astral traversant notre logement, les repoussant vers l'extérieur.





Ce mur se régénèrera avec de l'énergie et de la matière astrale comme précisé dans le dessin et dans les exercices précédents.

Nous récupérerons ensuite ces présences dans une coque que nous créerons pour les enfermer provisoirement.

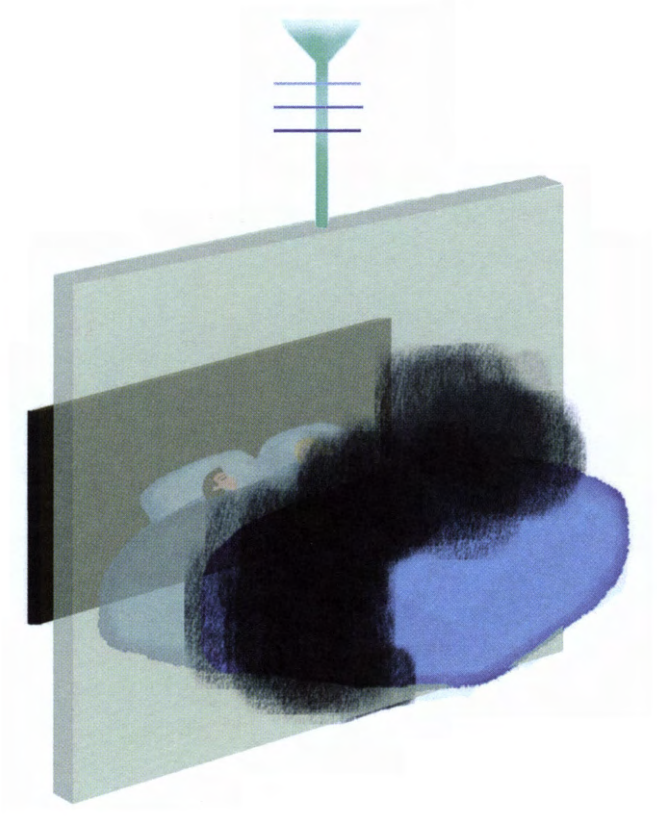
Nous visualiserons ensuite qu'au moyen de notre bras astral, nous enverrons ensuite cette coque à plusieurs centaines de mètres puis nous l'ouvrirons à distance pour les libérer. Pour rappel, n'oublions pas de leur donner l'information d'appeler les anges.

En faisant ainsi nous évitons de nous tromper, car il est possible d'emmener, avec les entités négatives, des personnes décédées se trouvant sur place. En agissant de la sorte, nous percevrons que curieusement, notre lieu de vie est devenu plus lumineux et donne l'impression d'être plus grand.

Dans le cas où les présences négatives reviennent alors que nous avons réalisé au moins trois nettoyages à des moments différents, il sera nécessaire de demander ce nettoyage à quelqu'un dont la mission est d'effectuer avec compétence ces dégagements d'entités.

Nettoyer notre lit des charges énergétiques que nous y déposons

Nous utiliserons la même méthode que pour l'exercice précédent mais avec comme but spécifique de créer un mur astral qui se déplacera à notre demande pour enlever les charges qui se trouvent cette fois-ci dans notre lit.



Nous enfermerons ces charges dans un grand sac astral que nous enverrons ensuite au centre de la Terre.

Reprendre les élémentaux farceurs de la nature

Les élémentaux de la nature, et plus particulièrement les gnomes, ne sont généralement pas malfaisants. Ils sont surtout farceurs et aiment plaisanter en faisant disparaître des clés ou tout ce qui a un rapport avec le métal de petite taille, agissant à la vue du propriétaire, pour les remettre souvent au même endroit comme si rien ne s'était passé. Il suffit pour voir réapparaître les clés de s'adresser aux plaisantins avec autorité.

Les personnes concernées par ces cas de disparition vivent généralement à proximité d'un bois ou d'une forêt. Ce sont toutefois des cas rares car la plupart du temps nous perdons nous-mêmes nos clés sans aide extérieure.

Pour revenir aux membres du "petit peuple", nous pouvons préciser qu'ils sont beaucoup plus réservés et ne s'approchent pas facilement de l'homme à cause de ses vibrations basses. Nous les retrouvons en dehors des sentiers balisés où peu de monde passe. Ils se font discrets et, s'ils le désirent, ils apparaissent avec prudence à ceux qui aiment la nature et qui la respectent.

Se soustraire à l'influence d'entités du bas astral

Les entités du bas astral sont des entités dont la vibration est basse, certaines d'entre elles vivent dans le double éthérique de la Terre. Ce sont des êtres peu évolués qui ne nous voient pas forcément.

Ces entités sont comparables à des êtres désœuvrés qui attendent une occasion pour profiter de la vie. Elles essaient ainsi d'influencer des personnes fragiles pour les pousser vers des actes malsains ou de les incorporer dans le cas où leur corps astral serait un peu déboîté.

À partir du moment où nous avons affaire à des entités provenant du bas astral, il est essentiel de demander une protection à ceux qui sont nos références dans les plans supérieurs, qu'il s'agisse, par exemple, des anges, des archanges, de Saint-Michel, du Christ, de la Vierge, de Bouddha, de Ganesh ou d'autres êtres de lumière.

Pour ma part, j'ai une préférence pour la Vierge pour la simple raison que, lors de plusieurs apparitions mariales, elle se dévoile comme étant "la femme qui écrase la tête du serpent avec son talon". Je ne crois pas que cet attribut soit anodin. De plus, j'ai souvent constaté que les êtres du bas astral ne supportent pas les énergies mariales.

Enfin, si nous l'appelons en cas de présences négatives, les choses se replacent souvent dans l'ordre. Il convient toutefois à chacun de se sentir libre de faire le choix de l'être qu'il désire appeler. Il faut se rappeler que dans le domaine spirituel, les êtres évolués ne sont pas dans la dualité et encore moins en concurrence entre eux.

Le point important est de se mettre dans la lumière (voir le chapitre Se relier à la Lumière y rester) afin de ne pas être "vulnérable" à ces entités, sachant que si la personne se met dans un esprit d'ouverture et d'amour, le négatif disparaîtra tôt ou tard.

Il ne faut pas pour autant se fier aux apparences : j'ai connu une femme croyante qui priait pour les autres et malgré cela, cette personne n'a pas pu être aidée. En fait cette femme ne pensait qu'à se venger et haïssait ceux qui lui avaient envoyé ces entités négatives qui la perturbaient.

Les messages que je lui transmettais de ses guides spirituels l'avertissaient qu'il était essentiel dans son cas de lâcher prise pour se tourner vers la lumière afin que les infestations se décrochent d'elle. Elle devait se mettre dans une vibration d'amour et de pardon vis-à-vis de ses agresseurs. En effet les entités négatives fuient de telles vibrations.

Lorsque nous subissons un aspect karmique qui ne s'améliore pas, la meilleure solution est de patienter et de se mettre sur le chemin de ''lumière''. C'est la voie la plus directe et la plus rapide.

Témoignage

Lors d'un cours, un élève, M. Eric D., avait amené sa cousine, Mme Agnès G., qui était incorporée. Malgré plusieurs tentatives, je n'ai pu l'aider car l'entité était indécrochable.

Lorsque Mme Agnès G. se déplaçait et passait entre nous, nous ressentions après son passage comme un courant d'air frais qui était la manifestation énergétique des entités qui l'entouraient.

Pendant un autre cours, le simple fait de recevoir des énergies élevées provoqua la chute de Mme Agnès G. Ce déséquilibre était dû au fait que l'entité qui l'incorporait ne supportait pas ses énergies hautes. Il quittait donc brutalement son corps qu'il contrôlait, pour le retrouver quelques instants après. Cela s'est passé à deux reprises, à deux moments différents. Malheureusement, je n'ai pas pu l'aider car elle ne voulait pas évoluer, et encore moins se tourner vers les êtres de lumière.

Il faut se rappeler que si nous ne voulons plus être gênés par certaines entités négatives, le choix le plus sûr est celui du "chemin de lumière", de manière à être protégés correctement.

Tout est une question de liberté et de choix.

Comment nous libérer des pièges du mental négatif ?

"Tant que nous croyons qu'il existe un endroit à fuir, il n'existe pas de véritable libération. La libération ultime surviendra quand nous ouvrirons les yeux et verrons que tout est ici et maintenant."

RABBI MENACHEM MENDEL SCHNEERSON

"Le mental vit dans un cercle vicieux. Il créé lui-même les problèmes et essaie ensuite de les résoudre."

SWAMI PRAJÑANPAD

"S'identifier au mental, c'est lui donner de l'énergie. Observer le mental, c'est lui enlever de l'énergie. S'identifier au mental accentue la dimension temporelle. Observer le mental donne accès à la dimension intemporelle."

ECKHART TOLLE

Comment fonctionne notre mental ?

"Mais si dépourvues de matière qu'elles paraissent, les pensées aussi ont besoin d'un point d'appui, faute de quoi elles se mettent à tourner sur elles-mêmes dans une ronde folle."

STEFAN ZWEIG

Le mental est ce qui nous permet de raisonner. Il peut être, dans son aspect négatif, notre adversaire le plus coriace. La maxime : "Le plus grand combat est le combat contre soi-même" le concerne, puisque c'est lui que nous devons maîtriser et dépasser pour passer à un autre niveau.

Notre mental est façonné par notre façon de penser, notre éducation, nos préjugés, notre programmation, nos ouvertures, nos blocages et nos peurs. Il se projette dans le passé, nous rappelant ainsi ce que nous avons oublié, ce que nous aurions dû faire, ou dans le futur, en nous faisant anticiper ce qui n'est pas encore arrivé, agissant comme une base de données.

Il a par contre la particularité de ne jamais être dans le moment présent. Ainsi, il nous empêche d'être vraiment "ici et maintenant". De plus, c'est lui qui nous empêche de percevoir les mondes subtils qui nous entourent.

Il détermine notre façon de voir et donc de vivre. C'est à travers lui que nous percevons le monde autour de nous. Il est en fait le filtre avec lequel nous percevons le monde extérieur.

Agir sur les aspects négatifs de notre mental

> "Ne te laisse pas distraire par le vacarme des hommes, par leur quête insatisfaite, désordonnée. Ils sont comme l'animal emprisonné dans l'enclos, qui tourne sans comprendre et cherche une issue qui n'existe pas."
>
> Proverbe Amérindien

Notre mental doit être maîtrisé. L'individu qui ne maîtrise pas son mental le subit. Cela peut aller de la personne qui a des pensées dispersées jusqu'à la personne qui subit des pensées obsessionnelles.

Voici une bonne méthode pour travailler la maitrise de nos pensées qui semble être l'une des plus efficaces pour les personnes qui s'y entraînent.

Elle permet de travailler sur le ressenti de notre respiration en plaçant notre conscience au niveau d'une de nos narines afin de ressentir le passage de l'air à cet endroit. Notre corps doit être à l'écoute de notre ressenti lorsque l'air passe à l'inspiration puis à l'expiration et cela

sans aucun mot, ni aucune image dans notre tête. Lorsque nous aurons atteint la stabilité de notre pensée, c'est-à-dire que notre pensée n'ira plus dans tous les sens et ne "parlera pas" sans arrêt dans notre tête, nous pourrons approfondir notre maîtrise mentale en nous concentrant sur le vide mental.

Pour cet exercice, il sera nécessaire de se chronométrer. Il est préférable de fermer les yeux pour ne pas être tenté par une pensée soudaine. Dès qu'une pensée nous arrive, regardons le temps que nous avons passé sans qu'aucune n'apparaisse. Il faudra, pour réussir cet exercice, multiplier ce temps de vide mental par trois, cela nous permettra de nous libérer en partie de notre mental.

Nous remarquerons qu'il est plus reposant de ne pas avoir autant de pensées en tête, cela permet à notre cerveau de se reposer et apporte une certaine quiétude. Nous constaterons aussi la différence avec nos pensées précédentes. Les pensées que nous aurons seront un peu "plus timides", nous les entendrons aussi avec moins de volume.

Cela confirme que notre maîtrise du mental se réalise et que nos pensées sont sur le point d'être domestiquées, ce qui est très positif.

À quelle fréquence devons-nous effectuer nos nettoyages subtils ?

"Continuer à souffrir sans améliorer son sort n'est pas de la patience, c'est de l'ignorance."

MARGARET MEAD

"Nous devons tout particulièrement apprendre l'art de diriger notre attention sur les zones barricadées de notre existence."

JACK KORNFIELD

Certaines personnes m'ont demandé si elles devaient se nettoyer astralement tous les jours, ou toutes les semaines, etc. Chacun trouvera la périodicité qui lui correspondra, sachant qu'il ne s'agit pas d'un nettoyage quotidien, comme pour le corps physique, mais ponctuel, dans le cas où nous venons de prendre des charges. Il est préférable de partir du principe que nous devons nous nettoyer lorsque nous nous sentons chargés.

Dans le cas où nous nous sentons mal juste après avoir rencontré une personne souffrante, il est nécessaire de recommencer le nettoyage même si nous l'avons fait la veille. Par ailleurs, si nous nous sentons fatigués sans raison apparente, alors il est probable que nous ayons pris une ou plusieurs charges. Ne portons pas de jugement sur les êtres qui nous envoient ces charges sans en avoir forcément conscience, car il nous est probablement arrivé dans notre passé de faire de même.

De plus, avant de nous être ouvers à la lumière nous avons tous commencé par connaître "l'ombre" dans cette vie ou dans nos vies précédentes. Nous sommes passés d'une ombre plus grande vers une ombre moindre pour ensuite, après un certain temps, faire le choix du chemin de lumière.

La première fois que nous décidons de nous nettoyer psychiquement, nous constatons qu'il y a beaucoup à faire. Il ne faut pas se décourager, car pour la plupart d'entre nous, cela n'a jamais été fait au niveau énergétique. De plus, les charges énergétiques ou énergies congestionnées s'enlèvent par niveau ou fréquence et nous pourrons avoir l'impression que certaines charges qui ont été enlevées semblent revenir.

En fait, tout ce qui a été enlevé est parti. Le problème réside dans l'aspect multidimensionnel de notre être : nous avons un corps physique et plusieurs corps subtils qui ont tous reçu des charges dans cette vie ou dans d'autres. Il est donc nécessaire de ne pas nous décourager car si nous observons bien, nous constaterons que les charges qui nous restent à enlever sont de plus en plus subtiles.

Il suffit de nous rappeler que lorsque nous commençons à nous nettoyer nous avons affaire à des charges lourdes. Lorsque celles-ci sont enlevées, le corps physique se sent plus léger, lui permettant ainsi de ressentir les énergies qui n'entraient pas dans son domaine de conscience à cause de leur subtilité.

Ainsi, en enlevant des charges qui ont une puissance de 800 par exemple, nous verrons apparaître celles qui ont une charge de 600, puis après les avoir enlevées nous verrons apparaître celles de 450 et ainsi de suite.

Il est important de se rappeler que ce qui est enlevé et détruit l'est vraiment et définitivement.

Souvent, les débutants ont ce doute car ils ne savent pas encore distinguer ce qui est dense et lourd de ce qui l'est moins. Ils font parfois des amalgames, ne percevant pas la puissance entre une charge et une autre.

Comment réduire nos parts d'ombre

"Chacun attire automatiquement vers lui juste ce qu'il est, et nous pouvons établir comme règle que, quelle que soit la situation dans laquelle nous nous trouvons, aussi intolérable soit-elle, nous ne sommes que là où nous devons être."

ANONYME

"Ce n'est pas la lumière qui meurt au contact des ténèbres, ce sont les ténèbres qui meurent au contact de la lumière."

OMAR KHAYYÂM

"Un voyage de mille pas commence par le premier pas. Le succès se trouve parfois au millième pas, mais vous n'êtes peut-être qu'à quelques pas de là."

LAO TSEU

Qu'appelle-t-on nos parts d'ombre ?

"Combien de respectabilité et d'apparente moralité cachent là derrière, à l'abri de cette draperie trompeuse, un monde d'obscurités intérieures qui possède un tout autre visage."

CARL JUNG

Ce que nous appelons nos parts d'ombre est la partie de nous-mêmes qui refuse de progresser et d'avancer vers l'ouverture et vers l'évolution.

Nous avons tous une partie sombre, c'est-à-dire une partie de nous qui refuse d'avancer vers la lumière et donc d'évoluer. Elle se manifeste principalement au travers de notre mental inférieur qui fait écran, nous empêchant ainsi de percevoir les plans spirituels qui nous entourent.

Cette partie est nourrie principalement par notre mental inférieur qui se refuse à tout changement et qui se sert de tous les moyens à sa disposition pour nous empêcher de progresser vers les plans supérieurs. Il utilise ainsi nos peurs, nos émotions négatives, notre imaginaire, ainsi que nos conditionnements et nos programmations mentales.

Comment un regard faussé peut-il nous tirer vers le bas ?

> "Ne sois pas attiré par la terne lueur grise de la fumée de l'enfer."
>
> BARDO THÖDOL
> Le Livre des morts tibétains

> "Qui contemple l'eau trouble perd de vue l'eau limpide. "
>
> TCHOUANG TSEU

Lorsque qu'une personne a le regard faussé et se tourne vers l'aspect négatif des choses, elle ne choisit pas consciemment "le côté sombre", mais elle choisit l'orgueil ou le besoin de reconnaissance.

Cette attitude peut être due, à l'origine, à des frustrations à la suite d'un manque de reconnaissance datant de sa petite enfance. Elle a pu en garder un sentiment d'amertume. C'est aussi le cas lorsque certains évènements de sa vie ont été vécus comme une injustice et pour lesquels elle n'a pas eu le moyen de s'expliquer. Cela peut générer un besoin inconscient de s'affirmer ou de prendre une revanche.

En raison de ce type de vécu, la personne concernée peut ne pas être capable consciemment de choisir la lumière car elle recherche surtout le fait d'être revalorisée. Ainsi, si elle désire avancer sur le chemin spirituel, elle tirera parti de toutes les situations, de tous les messages spirituels qui peuvent lui être transmis pour les réadapter et les récupérer à son avantage.

Au début, ce ne sera qu'un besoin de reconnaissance qui se manifestera de temps en temps, mais ce besoin qui n'aura jusque-là jamais été comblé augmentera aussi et transformera lentement la motivation de cette personne pour la détourner finalement de sa réalisation spirituelle.

Un autre aspect du regard faussé se manifeste lorsqu'une personne veut tellement éviter le mal qu'elle en voit la présence partout. Ce qui en définitive attirera tôt ou tard la négativité sur elle, par voie de résonnance.

Témoignage

J'avais connu une jeune voyante, Mlle Catherine P., qui était très croyante et très douée en clairvoyance. Elle avait la particularité de voir le mal partout et en arrivait à suspecter les personnes qui l'entouraient.

Elle m'appelait souvent pour que je l'aide car elle se récupérait toutes sortes de charges négatives.

Un jour, j'ai reçu un message de ses guides spirituels qui me demandaient de l'avertir qu'il fallait qu'elle cesse de voir le mal partout sinon elle finirait par l'attirer sur elle. À plusieurs reprises je lui ai transmis les recommandations que je recevais de ses guides, mais apparemment, elle ne les entendait pas.

Par exemple, elle en était arrivée à croire que, lors d'un mariage où elle était invitée avec son compagnon, la mariée lui avait jeté un sort, au beau milieu du mariage.

Ceci n'était pas le seul cas, puisqu'elle croyait que tout le monde lui en voulait et l'envoûtait. Elle glissait ainsi petit à petit vers une paranoïa de plus en plus présente en prétextant que ses nombreux problèmes étaient liés aux différents sorts qui selon elle, lui avaient été jetés.

Ces guides continuaient à la prévenir et les messages que je recevais pour elle devenaient de plus en plus pressants sans aucun changement d'attitude de sa part.

Un samedi soir, j'ai reçu un appel téléphonique d'une de ses amies qui m'appelait au secours pour son propre compagnon qui était possédé. Il rampait dans toute sa maison les yeux fermés. J'entendais Mlle Catherine P. et l'une de ses amies qui répétaient fortement " Saint Michel ! Saint Michel ! Saint Michel ! Saint Michel !"

Je demandais à la Vierge si elle voulait bien m'accorder son aide. Ce qui fut accepté aussitôt. Quelque chose descendit sur lui que j'ai perçu en clairvoyance. Immédiatement, il ouvrit les yeux et reprit ses esprits.

Sa compagne et son amie étaient surprises tant l'effet fut immédiat. La différence était que Mlle Catherine P. avait reçu bien des avertissements avant que ceci n'arrive, je n'étais donc pas étonné que leurs appels soient apparemment restés sans réponse.

Pourquoi certaines personnes choisissent le chemin négatif plutôt que le chemin de lumière ?

"En tout Homme il y a deux êtres, un qui sommeille dans les ténèbres, l'autre qui s'éveille dans la lumière."

KHALIL GIBRAN

"Il est très rare qu'on veuille délibérément être mauvais, mais il est très fréquent qu'on ne veuille pas être meilleur."

PAUL SÉDIR

"L'homme à ce choix : laisser entrer la lumière ou garder les volets fermés."

HENRI MILLER

Comme nous l'avons précisé, les personnes ne choisissent pas de manière volontaire et consciente le chemin "négatif" mais plutôt la recherche de valorisation, ce qui entraîne parfois, dans un second temps, l'apparition du sentiment de supériorité et parfois, d'ascendance consciente ou inconsciente sur les autres.

C'est le mental inférieur qui leur fait refuser consciemment une vérité en s'appuyant sur une des failles émotionnelles. Il est souvent responsable de la plupart des distorsions dans les vies. Il crée cette zone de résistance qu'il faut à tout prix traverser pour avancer correctement sur le chemin spirituel.

Il réduit et fausse le regard sur le monde qui nous entoure et nous enferme dans une vision réductrice. Il utilise les angoisses, les peurs, ainsi que l'imagination dans son aspect négatif pour nous éloigner de la réalité. Il nous pousse au refus de changement et d'ouverture car il a peur que son existence soit remise en cause, il nous empêche ainsi de méditer en trouvant toutes sortes de prétextes. C'est parce qu'il croit qu'il va mourir qu'il nous empêche de progresser.

Pour avancer vers l'ouverture spirituelle authentique, il est essentiel de travailler sur nos parts d'ombre en acceptant de se remettre en cause, car dans le cas contraire, le chemin spirituel ne sera pas authentique. Il est donc important de faire "un état des lieux" pour repérer où nous en sommes actuellement.

Ainsi, j'ai rencontré bien souvent des personnes qui se disaient spirituelles. Effectivement elles l'étaient, mais jusqu'à une certaine limite, car elles avaient un grand besoin de reconnaissance. Elles avaient reçu des messages spirituels et de ce fait, en profitaient pour se mettre en valeur auprès de ceux qui les entouraient au lieu de renvoyer cette gratitude vers les plans supérieurs.

L'une d'elles se faisait passer pour la "réincarnation" d'une personne reconnue historiquement. Dans le cas où nous avons été réellement ce personnage, l'essentiel est de ne pas trop l'ébruiter si nous voulons rester authentiques. Dans le cas contraire, le problème est qu'à force de se prendre pour ce genre de personnes, nous finissons par le croire.

De plus, inconsciemment, nous pourrions devenir une personne suffisante ou orgueilleuse ce qui gênerait grandement notre évolution. Que cela soit exact ou non, le simple fait de le dire apporte une valorisation qui n'a pas forcément lieu d'être et cela n'a pas particulièrement d'intérêt pour notre incarnation actuelle.

Pour avancer sur le chemin de lumière, il est nécessaire d'oublier notre petit "moi" et de remercier les plans supérieurs, sinon nous arrêtons temporairement le mécanisme de l'abondance. Il nous faudra donc repérer à travers nos pensées, nos paroles et nos actes tout ce qui en nous est enclin à la distorsion. Nous devons discerner nos réelles intentions qui se dissimulent souvent derrière tout cela, afin de localiser tous les "lièvres", c'est-à-dire tous nos décalages à éliminer un par un pour progresser correctement.

Si nous voulons progresser sur le chemin spirituel, il nous faut éviter toute intention nous attirant vers le bas et choisir sans arrière pensée le chemin de lumière. Ainsi ce type de choix doit être catégorique, "que

votre oui soit oui", "que votre non soit non" mais surtout pas un "oui mais...". "Que votre oui soit oui, que votre non soit non, tout ce qui est en plus vient du bas" nous précise Matthieu 5,37.

Pourquoi devons-nous affronter nos parts d'ombre ?

> "Que sert à l'homme de gagner tout le monde, s'il perd son âme ?"
>
> MATTHIEU ch.16,26

> "Il reste toujours assez de force à chacun pour accomplir ce dont il est convaincu."
>
> GOETHE

> "Celui qui, après avoir été négligent, devient vigilant, illumine la terre comme la lune émergeant des nuées."
>
> BOUDDHA

Nous devons affronter notre part d'ombre car cette confrontation entre notre partie spirituelle, avec son désir d'évolution et notre mental inférieur qui ne veut pas être remis en cause, est essentielle pour nous pacifier. Si le chemin est authentique, cette confrontation est non seulement nécessaire mais souhaitable. L'expérience étant faite, il n'y a plus à y revenir.

De plus, ce travail sur nos parts d'ombre est le signe que nous progressons puisqu'il nous permet d'évoluer vers un état intérieur supérieur. Cette opposition nous transforme à tous les niveaux, nous rendant "meilleurs" et nous permettant d'accéder à de nouveaux potentiels.

La rencontre avec "la lumière", après avoir été vécue puis assimilée, libère la personne qui vit cela comme une transformation autant intérieure qu'extérieure, la plaçant dans une paix intérieure qui ne pouvait être envisagée auparavant. Cette transformation après le

nettoyage est même visible sur son visage qui devient rayonnant et comme le dit la maxime ésotérique "Le regard est le visage de l'âme".

Il n'y a pas d'avancée spirituelle authentique sans passage par toutes les étapes obligatoires, évitons donc les étapes facultatives. Parfois, de nouveaux élèves pensent qu'ils n'avaient pas de charges négatives auparavant. Le simple fait de travailler sur notre intériorité et d'avancer vers les plans de lumière nous oblige à ce nettoyage intérieur.

Ces parts d'ombre ne réagissent pas forcément dans la vie de tous les jours, car elles ne sont pas souvent remises en cause et bousculées par d'autres fréquences plus élevées. Ce n'est que lorsque nous sommes en contact avec des énergies de niveau supérieur que nos parts d'ombre se manifestent.

Le travail sur notre part d'ombre, autrement dit le nettoyage de nos charges négatives est donc un passage obligatoire, qu'elles soient situées sur le corps éthérique, astral, mental, ou encore causal.

Il est important de nous rappeler que nous ne pourrons aller astralement dans les plans supérieurs que lorsque nous serons vraiment propres au niveau subtil. Si nous avons enlevé nos charges négatives, nous disposons d'énergie supplémentaire nous permettant de progresser plus rapidement sur le chemin spirituel. Nos corps subtils nettoyés permettront un meilleur ressenti qui aidera ainsi nos perceptions subtiles à se déployer.

C'est principalement à travers notre "mental négatif", c'est-à-dire l'aspect négatif de notre mental, que se manifestent nos parts d'ombre. Il a comme particularité de nous empêcher d'être heureux en nous remettant sans arrêt en cause et en nous chargeant continuellement de nouveaux objectifs à atteindre. Il est, à l'image du paravent, celui qui nous masque les mondes spirituels qui nous entourent.

Partie 4

Se relier à la "Lumière" et y rester

"Libre tu seras, Ô homme, puisque tu vivras dans la lumière et la clarté. Garde ton regard vers la lumière. Ton âme habite dans le royaume de la lumière. Tu es un enfant de la lumière. Tourne tes pensées vers l'intérieur et non pas vers l'extérieur. C'est au centre que tu trouveras l'âme de lumière."

Hermès Trismégiste

"Purifie-toi, et tu verras le ciel en toi. En toi tu verras les anges et leur lumière, et tu verras leur Maître avec eux et en eux.
Le pays spirituel de l'homme à l'âme purifiée est en dedans de lui. Avec lui demeurent les anges. Un tel homme se réjouit toute heure de la contemplation de son âme, il s'émerveille de la beauté qu'il y voit, cent fois plus lumineuse que la splendeur solaire. C'est le royaume de Dieu caché au dedans de nous."

Isaac Le Syrien

" Il n'est jamais trop tard pour devenir ce que nous aurions pu être. "

George Eliot

Comment se connecter à la "Lumière " ?

"Ceux qui sont à la recherche de la lumière ne font qu'un."

SAMUEL LONGFELLOW

"Arrivé à la source de la Lumière, je parvins à voir à l'intérieur. Je ne peux pas décrire en langage humain les sentiments que provoqua chez moi cette vision. C'était un gigantesque monde infini de calme, d'amour, d'énergie et de beauté."

KENNETH RING
En route vers Oméga

"Il y avait une lumière magnifique et tout en elle n'était que bonté. Pendant environ une semaine, je voyais partout des éclats de cette lumière."

TÉMOIGNAGE D'ENFANT

Qu'est ce que la "Lumière" ?

La "Lumière" représente le Divin, les êtres et les lieux qui y sont associés et tout ce qui rapproche du Divin. Elle est souvent appelée Dieu, le Père, la source créatrice, l'amour universel, l'essence divine, le Soi.

Il peut s'agir de Dieu en tant que présence ou de ses manifestations, ou d'êtres "lumineux" faisant partie de ces plans de lumière où les êtres réalisés vivent dans un état de plénitude, de joie et de paix. Ces êtres peuvent nous guider avec un amour désintéressé car ils sont en contact avec le Divin. Ils peuvent être pour nous des guides supérieurs, des anges, des archanges, des maîtres véritables, le Christ, La Vierge, le Bouddha ou tous les êtres avancés dans cette lumière.

Il peut aussi s'agir de lieux correspondant aux plans de lumière. Ces plans ont comme particularité d'avoir une qualité vibratoire élevée, d'être magnifiques et de baigner dans une lumière d'amour.

Ce que nous évoquons dans ce chapitre, c'est la recherche d'un "état de connexion" avec ces "plans de lumière" ou de connexion à un "être de lumière spécifique".

L'importance d'être relié à la "Lumière"

> "Nous sommes tous liés les uns aux autres comme des rameaux de la même branche. Nous sommes tenus à bout d'âme par les êtres les plus spirituels "
>
> Fernand Ouellette
> Extrait de Lucie ou un midi en novembre

> "Je suis resté dans la Lumière pendant un long moment, je sentais que tous les gens qui étaient là m'aimaient. Tout le monde était heureux. Je me rends compte que la lumière était Dieu."
>
> Dr Raymond Moody
> La Lumière de l'au-delà

Le chemin spirituel passe à un certain moment par une étape essentielle où la personne est connectée avec les plans supérieurs.

Au début, ces contacts sont timides et ponctuels. Celui ou celle qui en est arrivé à ce niveau se rend vite compte qu'il doit augmenter ces temps de connexion avec les plans supérieurs s'il veut progresser dans cet état accru de perception et de mieux-être.

Sa vie spirituelle s'en trouve dès lors agrandie et plus lumineuse, nourrie de paix intérieure et de certitude. La personne qui en fait l'expérience accède à un véritable savoir spirituel qui la fait entrer dans une évidence qui se rapproche de ce que l'on appelle la foi.

Celui qui vit cet état comprend qu'il est aidé et encouragé dans ce qu'il entreprend, soit par des guides spirituels ou des anges soit parfois par des membres de sa famille spirituelle. Ses expériences et ses ressentis lui montrent au fond de lui-même qu'il n'est pas seul.

Quelles sont les conditions intérieures pour devenir canal ?

> "Aussi longtemps que l'homme réclamera le Moi et le Mien, ses œuvres seront comme zéro."
>
> KABIR

> " N'accomplis pas ton devoir parce que tu le dois, mais parce que tu le désires, tu le veux. "
>
> E. TOWNE

> "Les difficultés n'existent plus lorsque le sujet recherche l'acquisition d'une faculté supranormale avec un désintéressement complet.
> Il trouve la récompense de ses efforts dans l'affinement de ses perceptions qui lui apporte une lucidité remarquable et des intuitions spontanées dans les affaires de la vie."
>
> EUGÈNE CASLANT

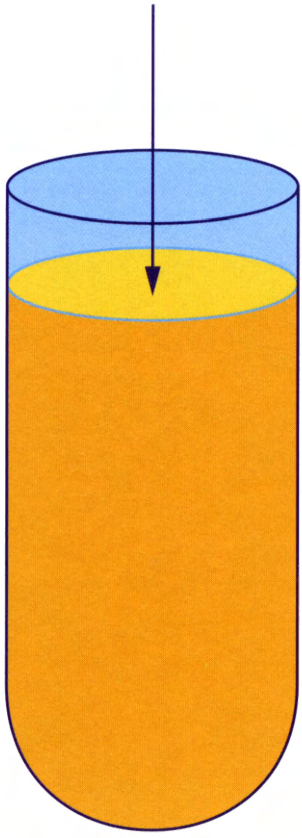
Pour nous relier véritablement aux plans supérieurs, il convient de réunir quatre conditions intérieures.

La première condition est de lâcher prise sur les messages que nous recevons, nous devons nous attacher à les transmettre avec précision et sans aucune récupération personnelle. Il nous faut acquérir pour cela une bonne disponibilité intérieure et de l'humilité.

Ainsi, si nous comparons nos capacités intérieures d'accueil à des réceptacles tels que des tubes de verre, nous constaterons, si nous

sommes intérieurement semblables au tube n°1, que nous sommes limités même si sa taille et sa contenance sont démesurées.

Malgré cela, lorsque ce tube sera plein, il ne pourra pas en recevoir davantage de la part des plans supérieurs et de l'univers.



Tube n°1

Tube n°2

Nous pouvons constater que même si le tube n°2 est beaucoup plus petit, il recevra à l'infini alors que le tube n°1 ne peut en contenir davantage bien qu'il soit plus grand.

Dans le cas où notre attitude intérieure est fortement axée sur notre personne et que nous détournons à notre avantage le bénéfice de ce qui nous est révélé par le canal de Lumière, nous arrêtons le flux provenant des plans de lumière vers nous.

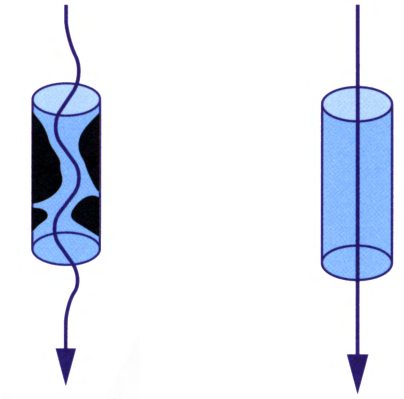
Voici une illustration de cette attitude :

C'est l'histoire d'une personne qui se présente chez un moine zen pour y recevoir un enseignement. Pendant que le visiteur se présente au moine en disant : "Je suis docteur en psychologie et en psychiatrie, j'ai mon doctorat de médecine, je suis diplômé de l'Université de Harvard ainsi que de Cambridge… ", le moine verse le thé dans la tasse qui déborde dans la soucoupe qui elle-même déborde sur la table. L'invité lui dit :"Vous ne voyez pas que le thé coule sur la table ?" Et le moine de répondre : "Comment peut-on remplir quelque chose qui est déjà rempli ?"

Nous devons avoir l'attitude intérieure correspondant au second tube qui ne possède pas de fond, il est en fait un simple canal qui laisse tout passer ; l'univers peut alors le traverser. Nous ne garderons rien pour nous, vivrons le lâcher prise et transmettrons aux autres tout ce que nous avons reçu.

La deuxième condition est le désintéressement qui nous permettra d'avoir des canaux libérés de "notre petit moi", laissant ainsi tout le passage pour les messages provenant des plans supérieurs.

Cela nous permettra de ne pas créer de distorsions entre le message que nous recevons et celui que nous transmettons. Le résultat sera que nous aurons une plus grande ouverture ce qui nous permettra de recevoir beaucoup plus d'informations des plans supérieurs. Celles-ci nous parviendront avec plus de perception et de fluidité (tube n°4).



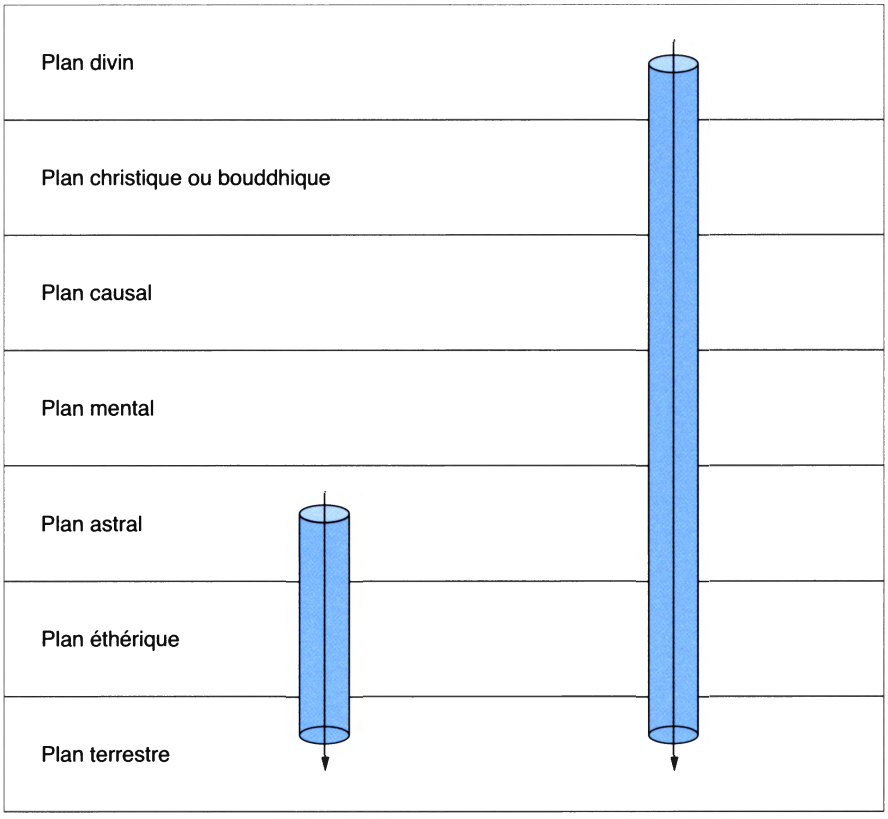
Tube n°3 Tube n°4

Il est également nécessaire d'avoir conscience que même si nous ne détournons pas à notre avantage les messages reçus, à cause de notre petit moi, nous ne pouvons recevoir qu'un flux limité (tube n°3). Ce phénomène se produit lorsque notre travail intérieur est insuffisant. Il convient alors de faire un travail de méditation pour acquérir ces dispositions.

Pour cela, il est nécessaire d'être dans une attitude authentique de respect et surtout de transparence pour ne pas déformer ou laisser ne serait-ce qu'une empreinte ou une signature dans les messages qui nous ont été transmis.

La troisième condition est d'avoir des intentions pures, ce qui permettra à nos canaux spirituels d'être reliés aux plans subtils ainsi qu'aux guides de Lumière les plus élevés.

De ce fait, nous recevrons des informations de niveaux supérieurs, ce qui nous permettra ainsi de guider ou d'enseigner, grâce aux messages spirituels les plus fins et les plus justes.



La personne qui est connectée à la manière du tube n°5 ne pourra percevoir que les deux plans subtils situés au-dessus, alors que celle qui est connectée à la manière du tube n°6 percevra bien au-delà.

Les êtres de lumière de niveaux très supérieurs ne pourront pas contacter une personne ayant une connexion telle que celle du tube n°5, car sa perception n'est pas assez élevée pour les atteindre. Ainsi ,elle ne pourra capter uniquement les plans qui lui correspondent.

La personne ayant une connexion semblable à celle du tube n°6 recevra des messages que bien des clairvoyants et des clairaudients ne pourront atteindre. Cela provient du fait qu'il ne s'agit pas uniquement de pureté intérieure. Il faut aussi posséder une fréquence vibratoire

élevée permettant à la personne d'atteindre les plans subtils ayant la même fréquence qu'elle.

Pour élever notre fréquence personnelle, nous devons travailler sur nos intentions. Pour cela nous devons chercher quelles sont nos véritables intentions, c'est-à-dire celles qui se cachent derrière nos pensées. En assumant pleinement que nous ne sommes qu'à un certain niveau, nous verrons vraiment ce que nous sommes au lieu de nous projeter dans une réalité de nous-mêmes que nous n'avons pas atteinte.

La voie la plus rapide pour nous permettre une authentique transformation intérieure est de nous voir tels que nous sommes, ce qui réclamera peut-être beaucoup de patience de notre part, car il se peut que nous soyons déçus de n'en être que là.

La quatrième condition est le "don de soi" afin de transmettre proprement ce qui a été reçu.

En nous mettant dans l'attitude du "don de soi", nous devons savoir que si nous donnons sans arrière pensée, par exemple l'équivalent de 1000, nous recevrons en retour 10 000 et ainsi de suite, de manière exponentielle.

Rudolf Steiner signale qu'il existe deux types de clairvoyants. Ceux qu'il nomme "les clairvoyants de ventre" s'occupent de clairvoyances principalement axées sur le monde matériel.

L'essentiel, comme en toute chose est la modération. Il est important de ne pas devenir dépendant de consultations sur l'avenir au moment de prendre nos décisions. L'être spirituel que nous sommes doit être autonome et ne pas donner son pouvoir de jugement à quelqu'un d'autre. La demande de clairvoyance ne doit être faite que dans le but d'obtenir un éclaircissement complémentaire.

Les autres clairvoyants qu'il nomme "les clairvoyants de tête" sont en contact avec les guides spirituels et ont pour but de guider ceux qui les sollicitent vers leur mission spirituelle et donc vers la Lumière. Leur

clairvoyance est principalement axée sur le monde spirituel. Lorsque nous expérimentons le "don de soi", nous sommes aidés par les êtres de lumière à passer à un niveau spirituel supérieur, ce qui nous permet d'avoir un meilleur contact avec les plans de lumière et de pouvoir guider ceux qui nous sont confiés.

Comment réaliser cette connexion de manière pratique ?

Il faut savoir que lorsque nous avons une habitude de vie, il est difficile de la remplacer par une autre, supérieure, sans passer par un état transitoire. C'est dans ce moment précis qu'il faut faire un effort pour se défaire des anciennes habitudes et réaliser les nouvelles habitudes comme si elles étaient déjà intégrées. Nous avons bien conscience qu'au départ, cet état transitoire est artificiel.

Pour passer d'un état intérieur à un autre plus avancé, il est nécessaire d'avoir quelque chose qui nous rappelle le but que nous nous sommes fixés.

Pour cela, il peut être judicieux de faire une petite marque au stylo sur la main qui nous permettra de nous rappeler l'habitude que nous désirons acquérir ; ce sera comme un réflexe conditionné sur le fait d'être connecté avec les plans supérieurs. Au début, nos actions seront fondées sur un effort et sembleront artificielles. À un certain moment, cela fera partie de nous-mêmes, comme un nouvel acquis nous permettant d'être en permanence relié avec "le haut". De plus, cette mise en contact ne nous demandera plus d'effort.

N'est-il pas écrit : "Tout ce que vous demanderez, croyez que vous l'avez reçu et vous le verrez s'accomplir" Marc 11, 24. Nos parties supérieures, grâce à nos efforts répétés, laisseront les canaux de nos connexions ouverts au lieu de les rétracter comme elles le faisaient précédemment.

Ces nouvelles connexions permettent à celui qui en bénéficie de ressentir plus fortement ce qui est subtil, transformant notre vision du monde et la réalité en quelque chose de transcendé. C'est comme

si nous avions ajouté des pans de réalités, rendant désormais notre vie plus stable et plus lumineuse puisque nous sommes connectés à notre source. Au début, les efforts seront difficiles à maintenir, nous retomberons à plusieurs reprises dans nos anciennes habitudes. En utilisant cette marque pour ramener notre attention, nous constaterons combien notre vitesse de connexion vers l'état supérieur s'est accrue.

Ce passage peut prendre quelques semaines ou seulement quelques jours si nous nous y accrochons un peu. Il commence par un état de lâcher prise vis-à-vis d'en haut, c'est-à-dire de remettre nos soucis, nos problèmes, nos difficultés et obstacles à un niveau supérieur, entre les mains de Dieu et des êtres qui l'entourent.

Cela ne veut pas dire que nous nous débarrassons des obstacles que nous devons surmonter, mais nous les confions aux plans supérieurs pour mieux les transcender. En agissant ainsi, la vie de tous les jours devient plus facile. Les personnes qui ont prié par rapport à une difficulté, ont souvent vu cette difficulté s'atténuer, devenir plus légère ou tout simplement disparaître, comme si elle n'avait jamais existé.

Nous voyons bien que cette mise à disposition des plans supérieurs nous entraîne vers un changement de vie, de regard sur notre réalité, vers quelque chose de très différent. La personne qui est dans cet état-là avance d'elle même sur le chemin, tout en se laissant porter. Elle sait qu'elle n'est pas seule et a conscience qu'elle est aimée et accompagnée ; malgré les difficultés qu'elle vit dans la réalité, cet état la transforme petit à petit.

Cela a pour conséquence en premier lieu, une perception accrue du monde physique qui nous entoure ; en second lieu, un accroissement des perceptions subtiles telles que l'intuition, la clairvoyance, la clairaudience, ainsi que de tous les ressentis subtils qui se trouvent ainsi amplifiés.

Comment rester connecté et garder cette connexion ?

"Demandez, et l'on vous donnera; cherchez, et vous trouverez ; frappez, et l'on vous ouvrira. Car quiconque demande reçoit, celui qui cherche trouve, et l'on ouvre à celui qui frappe."

MATTHIEU ch.7, 7

"Nous attirons exactement ce dont nous avons besoin à chaque instant."

EDGAR CAYCE

"Ce dont vous avez besoin se présentera à vous, si vous ne désirez pas ce dont vous n'avez pas besoin."

NISARGADATTA

Il arrive que lors de moments difficiles de notre vie, nous nous sentions comme éloignés de notre dimension spirituelle et plongés dans une densité plus grande de la matière. Dans ces moments-là, nous ne pensons plus à cette partie de nous-mêmes pendant un certain temps, plus ou moins long selon chacun d'entre nous et selon notre niveau d'évolution sur le chemin spirituel.

L'une de mes élèves, Mme Maud D., avait constaté que lorsqu'elle apportait de l'aide, elle était bien car elle se sentait reliée aux plans de lumière, mais que malheureusement, il était nécessaire de quitter cet état intérieur branché pour revenir dans la vie de tous les jours.

Je lui ai précisé que nous pouvions rester connectés presque en permanence et "vivre avec les anges". Pour cela, nous pouvons visualiser que les anges sont à côté de nous.

De plus, lorsque nous sommes occupés, nous avons comme particularité d'oublier nos bonnes résolutions. Pour ne pas nous déconnecter avec les plans supérieurs, comme nous l'avons précisé dans le chapitre précédent, il est judicieux de faire une petite marque sur la main. Par contre, si nous sommes chez nous, une bougie, de l'encens ou une

image peuvent nous rappeler que nous devons garder la connexion aux mondes de Lumière et nous aider à monter en fréquence. Nous pouvons aussi nous accorder 5 à 10 minutes de connexion journalière. Nous utiliserons ces petites astuces le temps qui nous sera nécessaire pour que cet état de connexion permanente soit acquis. À un certain moment, cela deviendra pour nous un état habituel.

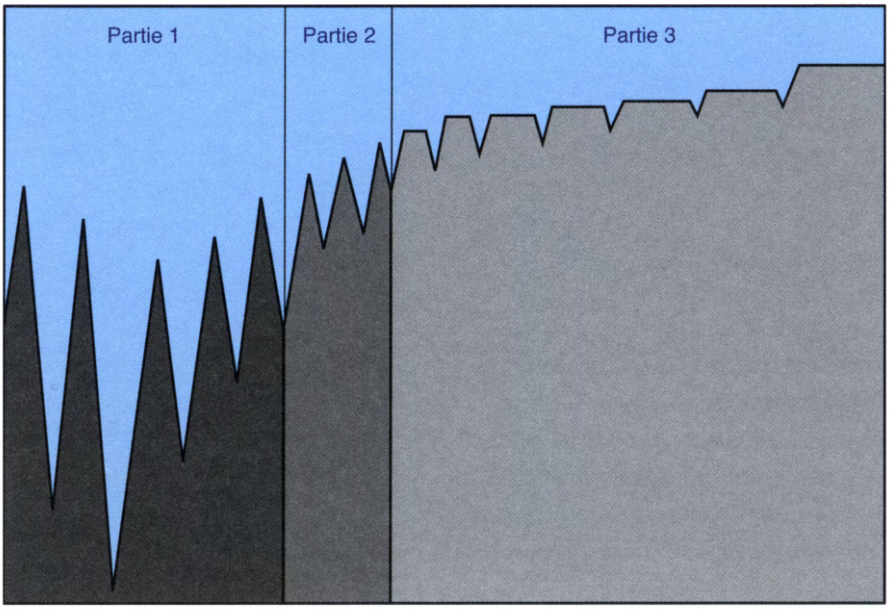


Schéma de l'évolution spirituelle

Nous voyons dans ce schéma les trois étapes de l'évolution spirituelle. Dans la première partie, la personne spirituelle qui se trouve à ce niveau a des hauts et aussitôt après des bas et ne peut aucunement stabiliser son état intérieur. Cette personne vit sa vie comme si elle était seule.

Dans la deuxième partie, la personne qui s'y trouve commence à vivre en contact avec les êtres de lumière. Cela a pour effet qu'elle ne retombe plus aussi bas que précédemment. Elle se sent de plus en plus portée et sa vie est plus facile.

La personne qui se trouve dans l'état intérieur correspondant à la troisième partie, marche vraiment dans la lumière. Elle sait intérieurement où est l'essentiel et son chemin progresse de manière stable et sûr.

Être centré dans la "Lumière"

> "Toutes vos difficultés viennent de ce que vous ne prenez guère en considération l'intérêt d'autrui. Quoi que vous fassiez, regardez constamment dans le miroir de votre esprit, et vérifiez si vous agissez pour vous-même ou pour les autres."
>
> KHYENTSE RINPOTCHÉ

Il est important que notre centrage sur les plans de lumière soit exempt de parasitages. Il est donc essentiel de manifester que le souhait et le but intime de notre vie est d'aller dans les plans supérieurs le jour de notre mort physique. Ce but nous permettra intérieurement d'avoir notre centre spirituel fixé, à la manière d'une cible, dans les plans supérieurs.

Ainsi, pour être centré dans la lumière, prenons pour référence la phrase de l'Évangile "Là où est ton trésor, là aussi sera ton cœur" et plaçons notre "trésor intérieur" dans les plans supérieurs.

Le simple fait d'avoir notre centre là-haut nous permettra d'avoir beaucoup plus de recul vis-à-vis de notre vie sur Terre et d'être ainsi plus axé sur l'aspect spirituel des choses.

Il est judicieux de se rappeler que cela ne consiste pas à fuir nos réalités terrestres mais à les aborder dorénavant avec l'aide de la Lumière. Ce simple fait rendra les choses plus faciles car nous serons moins englués dans la matière et la verrons avec plus de distance, donc plus de sagesse.

L'avantage d'être connecté

"La joie intérieure réside au plus intime de l'âme ; on peut aussi bien la posséder dans une obscure prison que dans un palais."

THÉRÈSE DE LISIEUX

"Quand on jette de petits rayons de bonheur dans la vie d'autrui, l'éclat fini toujours par rejaillir sur soi."

LOUIS FORTIN

"Vois comme une petite chandelle répand au loin sa lumière !"

SHAKESPEARE

Le fait d'être connecté nous permet de mieux percevoir les avertissements des guides et des anges, pour nous, pour les nôtres et pour ceux que l'on met sur notre chemin afin que nous les aidions à trouver la Lumière.

Ainsi lors d'une conférence, j'avais affirmé que nous étions beaucoup plus protégés lorsque nous sommes "canal". Une des personnes présentes ce jour-là a pris la parole pour dire que selon elle, il n'était pas juste d'être plus protégé que les autres en étant canal. Je lui ai expliqué que son point de vue ne tenait pas compte du fait qu'il s'agit d'un aspect technique. Si nous sommes capable d'entendre et de voir les avertissements qui nous sont donnés, il est normal pour nous d'en tenir compte, pour nous protéger ou pour aider ceux qui nous sont confiés.

En faisant la démarche de maintenir ses facultés spirituelles éveillées, chacun peut voir ou entendre ces avertissements qui nous sont envoyés.

Témoignage

Alors que je descendais de Lille en voiture et que j'étais sur la file rapide de l'autoroute, je vis une main diaphane me montrant l'autoradio. Je l'ai donc mis en marche et j'ai immédiatement entendu "fais attention."

Je ressentais intérieurement que cette parole précise m'était adressée. J'ai donc ralenti rapidement ma vitesse en me demandant ce qui allait se passer. Au même instant, je vis la voiture située deux voitures devant la mienne se déporter d'un coup, partir en diagonale et couper l'autoroute pour taper dans la rambarde opposée, puis arrêter sa course en position verticale.

Je compris alors que le but de mon ralentissement était d'éviter un accident.

J'ai remercié mes anges gardiens pour leur protection efficace.

Témoignage

Un de mes élèves, M. Paul G., m'a raconté ce qu'il a vécu à la suite d'une vision. Alors qu'il était avec ses enfants, il a clairement vu l'image d'une main portant une bague qui disparaissait dans un gouffre. Cette bague était celle que portait sa sœur.

Il a immédiatement appelé une baby-sitter pour garder ses enfants et s'est précipité chez elle. L'appartement était éteint et vide. Il décida de repartir mais un doute l'a fait revenir rapidement.

En cherchant bien, il a trouvé sa sœur prostrée dans un coin de l'appartement. Elle commençait à être dans un état critique.

Il a fait le nécessaire et sa sœur a pu être sauvée.

Cela démontre bien qu'une vision peut sauver une vie. Ce qui est intéressant, c'est qu'il s'agissait probablement d'un appel d'urgence d'un guide spirituel qui s'est ingénié à envoyer l'image de la main de sa sœur avec la bague pour qu'il la reconnaisse et surtout, pour lui montrer le caractère d'urgence de la situation.

S'il s'agissait d'une perception de M. Paul G lui-même, il est possible qu'il ait simplement eu l'image de sa sœur l'appelant au secours en lui apparaissant. Cela aurait suffi pour que le message soit compris.

Témoignage

Lors d'un stage, pendant mon sommeil, j'ai vu notre voiture accidentée, elle avait été percutée par une autre voiture venant de face. Elle était à l'arrêt après avoir fait une tête-à-queue.

La route était entourée de champs de blé. La vision que j'avais était très nette.

Ce matin-là, ma femme devait aller chercher du pain et emprunter cette route que j'avais reconnue.

Je lui proposai donc de conduire, puisque je connaissais le point d'impact, pensant que je pourrais, si cela était possible, donner le coup de volant dans le bon sens pour éviter la collision.

À l'aller, rien de particulier ne se passa. Au retour et à l'endroit précis qui m'avait été montré dans le rêve, dans un virage près d'un champ de blé, il y avait un lièvre mort. Il n'avait pas été écrasé et semblait avoir été simplement posé en plein milieu de notre route, les pattes avant et arrière écartées.

J'indiquai à ma femme que j'avais l'impression que le lièvre était là pour nous.

En voyant ce lièvre je ressentais une forte impression intérieure, que ce lièvre avait un rapport avec nous.

En revenant, Mme Catherine M. me raconta un témoignage qu'elle voulait me dire depuis un certain temps. C'était une histoire qu'elle avait vécue avec son mari alors qu'ils roulaient de nuit en voiture.

Elle souligna que d'habitude, lorsqu'ils sont ensemble en voiture, ils conduisent chacun leur tour durant deux heures. Cette nuit-là, son mari a voulu garder le volant. À un certain moment, un oiseau s'est littéralement écrasé sur le pare-brise.

Son mari lui a expliqué qu'il en était heureux car il commençait à s'endormir. D'autres oiseaux ont effleuré la voiture pendant une bonne partie du voyage au point qu'ils pensaient que ces oiseaux étaient devenus fous.

Elle me demanda si nos guides spirituels ou nos anges gardiens pouvaient agir ainsi, en utilisant des animaux pour nous protéger.

Je ne lui avais pas parlé de ce que nous venions de vivre quelques minutes auparavant et je voyais ainsi que les guides pouvaient faire passer des informations à travers toute personne ouverte au niveau subtil pour mieux nous éclairer.

Je lui confirmai ce que je ressentais et lui racontai notre aventure, lui précisant que les deux histoires étaient en étroite corrélation ; que ce n'était certainement pas par hasard si elle m'avait fait part de ce témoignage et que nos guides spirituels ou nos anges gardiens étaient probablement les acteurs des phénomènes hors du commun observés dans les deux cas.

J'ajoutai qu'il ne fallait pas que nous oubliions de les remercier et que c'était probablement notre protection spirituelle qui avait permis d'éviter l'accident. Nous voyons que la nature, dans sa grande bonté pour l'homme, permet par de petits "dons", de nous éviter de vivre des épreuves qui n'ont pas lieu d'être.

Témoignage

Un soir mon fils m'annonça qu'il allait sortir en voiture. Pendant qu'il me disait cela j'eus une vision fugace mais très nette, que dans la nuit une vieille voiture Renault blanche se dirigeait vers moi à grande vitesse et que je reconnaissais l'endroit, une route traversant la forêt ; je voyais les arbres en arrière plan.

Effectivement, mon fils me dit qu'il allait à la ville d'à côté que nous ne pouvons rejoindre qu'en passant par une forêt. Je ressentais que je ne devais pas l'empêcher d'y aller ; en revanche, après son départ, je demandais pour lui une protection particulière appelant nos anges gardiens pour l'accompagner. Le lendemain, je lui demandais si sa soirée s'était bien passée, il me répondit "oui". "Et la route ?", lui demandais-je. Il me raconta qu'il y avait une vieille voiture blanche qui allait très vite et venait de face en roulant sur sa voie. Il a donné à ce moment-là un coup de volant vers la droite pour l'éviter puis a repris sa place.

Quelques semaines plus tard, une de mes élèves Mme Séverine R. m'a expliqué qu'elle a eu la vision que son fils allait avoir un accident le jour même en faisant du sport et cela s'est effectivement passé. Je lui ai précisé que ce sont probablement ses guides spirituels qui l'ont avertie pour qu'elle agisse afin d'éviter que cela se produise. Elle n'avait pas pensé sur l'instant à demander de l'aide. Je lui ai dit qu'à mon avis, si on nous montre une scène de ce type avant que cela ne se passe, c'est peut être pour que nous puissions agir pour au moins l'atténuer voire même l'éviter.

Elle me demanda de quelle façon nous pouvions agir. Je lui répondis : "En visualisant que tout se passe bien, en écrasant ainsi l'image qui nous est apparue par une autre plus joyeuse de manière à changer déjà sur le plan subtil la réalité qui se profile". De plus, nous pouvons par la prière demander de l'aide. Ceci n'est pas un acte religieux mais un acte naturel d'appeler au secours pour protéger ceux que l'on aime.

Témoignage

Une personne qui m'est proche avait du mal à réussir les épreuves du baccalauréat à cause du stress et d'une forte émotivité. Elle connaissait les sujets "sur le bout des doigts" mais perdait ses moyens devant les examinateurs durant les épreuves orales.

Malgré tous mes efforts pour l'aider, je n'arrivais à rien. Comme le dit le proverbe "Personne n'est prophète en son pays", je constatais bien que je ne pouvais rien faire à mon niveau.

Comme par hasard dans ces jours-là, une dame m'avait demandé de l'aide pour son fils qui, aussi curieux que cela puisse être, était dans la même situation et avait approximativement les mêmes notes que cette personne proche de moi pour laquelle je ne pouvais rien faire.

J'ai donc demandé avec un peu de hargne à mes guides spirituels qu'ils s'occupent de mon proche, leur expliquant que s'ils voulaient que j'aide les autres, il fallait bien qu'ils s'occupent des miens.

C'est ce qui se produisit puisque la personne a finalement réussi son examen.

Après avoir médité, j'ai entendu intérieurement que les guides avaient fait exprès de m'envoyer quelqu'un qui avait exactement la même problématique pour me faire réagir et me pousser à leur demander de l'aide avec plus de force.

Être guidé dans nos paroles au moment présent

Il arrive parfois que nous soyons confrontés à des situations difficiles. Il est nécessaire dans ce cas là de demander l'aide et la présence de celui qui est pour nous notre référent spirituel.

Il m'est arrivé à plusieurs reprises d'avoir des rencontres difficiles où il m'était essentiel d'avoir la réponse juste. Je me suis rappelé de cette parole : "L'esprit vous enseignera à l'heure même ce que vous aurez à dire." Luc ch. 12,12.

J'ai pu constaté combien ces contacts de quelques secondes avant des réunions difficiles ont été bénéfiques, car j'ai ainsi pu répondre à certaines questions dont je cherchais d'éventuelles réponses depuis des mois. Elles sont toutes arrivées à la seconde même où l'on me posait les questions insidieuses qui n'avaient pour but que de me déstabiliser. C'était vraiment spectaculaire à vivre.

Témoignage

Un élève, M. Jean F., juste après une très récente opération du genou, était venu en stage en voiture et souffrait tellement qu'il n'arrivait plus à poser le pied par terre.

Il pensait avoir fait une erreur et regrettait d'être venu si tôt après son opération, car il souffrait beaucoup. Il est donc allé se coucher un peu plus tôt.

Après s'être couché, il a nettement perçu, alors qu'il était entre la veille et le sommeil, une grande présence féminine à genoux devant lui, qui posait ses deux mains longues et diaphanes sur son genou ; une troisième main plus longue encore semblait sortir du toit, sans que M. Jean F. ne puisse voir le reste du corps.

Dès que ces présences ont perçu qu'il les avait vues, elles sont parties rapidement.

Le lendemain M. Jean F. a découvert qu'il posait son pied sans douleur et marchait sans problème.

Nous pouvons ainsi bénéficier d'aides spirituelles inattendues. Nous voyons, dans un cas pareil, combien nous pouvons être accompagnés et aimés, même si nous n'en n'avons pas forcément conscience.

Choisir un être spirituel élevé pour progresser plus rapidement

"Il n'arrive jamais de grands événements intérieurs à ceux qui n'ont rien fait pour les appeler à eux."

MAURICE MAETERLINCK

"Toute âme qui s'élève élève le monde. "

GANDHI

Pour progresser plus rapidement dans le domaine de l'ouverture intérieure, il est important d'identifier dans les mondes de Lumière un être très avancé, qui est une référence pour nous.

Ce "référent" peut, s'il est assez évolué, nous protéger et nous aider à avancer sans peur vers la lumière. À partir de ce moment-là, le mot "Lumière" prend une signification plus proche.

Je vais illustrer ce phénomène par une image : imaginons qu'un ami proche s'installe dans une ville que je ne connais pas ; cette ville, qui m'était auparavant étrangère et me semblait triste, s'allume subitement et prend un attrait particulier, simplement parce que cet ami y réside. Sa présence m'aide à établir un lien, une proximité avec le lieu où il se trouve. Il en va de même avec les mondes de lumière dès lors que je choisis un référent particulier.

Cela pour expliquer que nous ne pouvons approcher quelque chose au niveau du cœur que lorsque nous en connaissons plus ou moins l'attrait. Si pour nous la "Lumière" est quelque chose de lointain, il est probable que, quels que soient les efforts que nous ferons, nos défenses psychologiques nous empêcheront d'avoir une ouverture véritable à la

"Lumière". On peut, dans le même ordre d'idée, constater un décalage entre le fait de vouloir et la capacité réelle à se connecter à la Lumière. En effet, si nous demandons à des personnes qui s'intéressent à la spiritualité si elles veulent s'ouvrir à la "Lumière", la réponse a de fortes chances d'être unanime et positive : l'aspect conscient de notre personnalité est d'accord.

Il n'en est pas toujours de même pour notre partie subconsciente. Ainsi, il nous est difficile de nous approcher avec notre cœur de ce que nous savons être bon pour nous, mais que nous ne connaissons pas vraiment. Par exemple, les personnes qui ont fait l'expérience d'une N.D.E. n'ont plus cette peur subconsciente de s'approcher de la Lumière.

Il en est de même pour ceux qui ont fait une rencontre intérieure avec un être de Lumière quel qu'il soit. C'est pour cette raison que bien des personnes qui disent avancer vers le spirituel ne sont pas forcément "lumineuses". Même si nous disons un oui de surface, il nous est difficile d'accorder une adhésion totale à ce que nous n'avons pas intimement rencontré.

Il faut savoir tenir compte de cette possible opposition en nous entre le "oui", provenant de notre conscient, et le "non" provenant de notre subconscient. Si nous ne trouvons pas une parade, par exemple en choisissant un référent, c'est le "non" du subconscient qui gagne puisque nous ne sommes pas dans la Lumière de tout notre être.

Le fait de connaître un référent qui nous soit proche intérieurement nous permet une ouverture du cœur plus facile et plus rapide sans la défiance du subconscient qui a peur pour nous. Si nous ne nous sentons pas naturellement reliés à un être de Lumière qui puisse jouer le rôle de référent, nous pouvons en choisir un ; il faut juste que cet être soit une référence pour nous dans les plans supérieurs.

Dans le cas où nous avons un référent qui à notre demande nous inspire ou nous protège dans les plans subtils, il est nécessaire que nous ressentions une proximité intérieure avec lui. Ce peut être par exemple le Christ, la Vierge, Ganesh, un guide spirituel élevé, un ange, un

archange, un saint, un être de lumière, un Bouddha ou autre selon notre choix, qui doit être libre et correspondre à une proximité intérieure. Il doit s'agir avant tout d'un élan du cœur. Si nous avons choisi un saint, ou Bouddha, il sera nécessaire de nous imprégner de sa vie pour nous sentir proche de lui et réaliser une connexion véritable et profonde.

Par cette méthode, non seulement nous apprendrons à nous connecter mais nous pourrons aussi faire en sorte qu'un ou plusieurs référents interagissent dans la Lumière avec nous pour nous aider dans notre progression. Cela permet de nous ouvrir plus facilement, de ne pas réaliser notre chemin spirituel seul, d'avoir un accompagnement ainsi qu'une aide véritable et authentique provenant des plans supérieurs.

Quelles sont les erreurs à éviter pour rester dans la "Lumière" ?

"Exige beaucoup de toi-même et attends peu des autres. Ainsi beaucoup d'ennuis te seront épargnés."

CONFUCIUS

"Ne t'en vas pas au dehors, rentre en toi-même ; au cœur de la créature habite la vérité."

SAINT AUGUSTIN

"C'est nous-mêmes, et non notre prochain, que nous devons chercher à améliorer."

STEVENSON

Le besoin de reconnaissance

"Notre conscience contemporaine n'est qu'un petit enfant qui commence à peine à dire " je "."

CARL JUNG
L'homme à la découverte de son âme.

"Exercez vous à voir large, net et simple, et allez droit, paisiblement, sans vous inquiéter de ce qui se dit."

TEILHARD DE CHARDIN

L'un des principaux obstacles que nous trouvons sur le chemin de lumière est le besoin de reconnaissance ; c'est aussi l'un des obstacles les plus difficiles à lever. Il est important de ne pas confondre le besoin de reconnaissance avec le besoin, légitime, de jouer un rôle important.

Rappelons-nous que tout être et toute chose a besoin d'être reconnue et aimée.

Pour le vérifier il nous suffit par exemple, d'envoyer de l'énergie d'amour à un arbre. Nous constaterons que ce que nous avons envoyé nous est retourné amplifié. Pour faire cette expérience, il est nécessaire de se tenir debout, pieds joints, les mains ouvertes placées le long du corps et orientées vers l'arbre en question.

La phase suivante consiste à envoyer l'énergie d'amour de couleur verte, qui est la couleur du chakra du cœur, ou encore de l'énergie de couleur rose, qui correspond à de l'énergie de tendresse. L'énergie rose est une énergie reposante et bénéfique car elle se diffuse avec douceur, ce qui est essentiel pour des personnes âgées ou pour des personnes qui dépriment, nous visualiserons que cette énergie émane de notre chakra du cœur.

À un certain moment nous nous sentirons attirés vers cet arbre car il absorbe nos énergies. Dans un second temps, nous nous sentirons repoussés en arrière par les énergies provenant de ces atomes vivants.

Témoignage

Une de mes élèves, Mlle. Julie T., était très douée dans le domaine de la thérapie. Certains de ses patients sortaient de chez elle transformés définitivement, leur problème physique ayant tout simplement disparu.

Mais Mlle Julie T. se faisait une victoire personnelle de ce qu'elle avait obtenu sur ses patients, affichant socialement sa fierté d'avoir réalisé ces guérisons.

Ces comportements sont courants quand nous débutons sur le chemin spirituel. Il est normal d'être satisfait, c'est humain, mais cela ne doit pas devenir un moyen de revalorisation, car dans ce cas nos motivations ne correspondent plus au désintéressement du thérapeute qui se met au service des autres.

Mlle Julie T. ne s'est pas rendue compte qu'elle commençait à stagner dans le domaine de la guérison, n'innovant plus et restant sur ses acquis, ne recherchant que ce qui la valorisait sans effort. Cette erreur du début, qui n'était qu'anodine au départ, est devenue un obstacle. Elle n'entendait plus les avertissements qui lui étaient adressés, continuant à chercher la reconnaissance de son entourage au détriment de sa progression vers de nouvelles capacités spirituelles.

La personne qui vit dans cette recherche de reconnaissance ne se rend pas compte qu'elle glisse lentement hors du chemin spirituel. Si elle est thérapeute, elle commencera à s'admirer et se prendra pour quelqu'un de supérieur.

Pour faire la distinction entre le besoin légitime d'être aimé et un ego surdimensionné, il nous faut percevoir par la méditation si notre besoin est insatiable et comparable à un trou noir que nous ne pouvons remplir. Si nous sommes dans ce cas là, il est important de nous séparer de ce besoin qui ne pourra jamais être comblé. Pour rester sur le chemin spirituel nous devons descendre de notre piédestal et accepter de nous remettre en cause.

À ce stade, il est nécessaire de faire un retour sur soi et d'accepter de se remettre en cause. La citation de Confucius correspond bien à cela : "La gloire n'est pas de ne jamais tomber, mais de se relever chaque fois que l'on tombe". Pour éviter ce type d'écueil, il ne faudra pas négliger le travail intérieur de méditation sur ce besoin de reconnaissance qui vient souvent de notre petite enfance ; il nourrit l'orgueil, et peut nous entraîner jusqu'à la chute au niveau spirituel.

Il est important, si nous voulons évoluer, de ne pas attendre inconsciemment ce que nos parents ne nous ont pas donné pendant notre enfance. Il nous faut l'accepter et agir en conséquence, sinon nous risquons d'attendre jusqu'à la fin de notre vie sans pour cela être satisfaits.

Il est probable que nos parents ne pouvaient pas nous donner ce que nous attendions d'eux, soit qu'ils n'en étaient pas capables parce que trop tournés vers eux, soit parce qu'ils étaient indisponibles, ou pour d'autres raisons personnelles. Quelles qu'en soient les raisons, nous devons dépasser ce besoin de reconnaissance, et surtout ne pas attendre des autres qu'ils viennent le combler.

L'orgueil

> "Ne restons pas prisonniers de ce que l'on croit avoir atteint."
>
> Ivan Amar

L'orgueil apparaît lorsque nous nourrissons de manière démesurée le besoin de reconnaissance. Il a tendance, lorsqu'il se manifeste, à déformer au fur et à mesure nos propres motivations, en nous éloignant de plus en plus de la lumière.

C'est le seul moment où les guides laissent "leurs protégés" réaliser leur expérience à la manière d'une maman dont l'enfant s'échappe pour faire ses premiers pas "tout seul". Elle le laisse et l'observe à distance sans agir jusqu'à ce que celui-ci l'appelle à l'aide.

C'est aussi une question de respect et de liberté. Nous sommes avant tout des êtres libres et si nous le désirons nous pouvons vraiment être seuls. Souvent les guides attendent quelque temps, afin que "leurs protégés" reviennent à de meilleures dispositions intérieures.

Si nous voulons sortir de l'orgueil, il est essentiel de nous poser la question : "Où est-ce-que je me situe ? L'essentiel est-il pour moi d'être admiré sur Terre ou d'être avec ceux que j'aime dans les plans de Lumière ?"

Si je choisis que ce qui est essentiel pour moi est sur Terre, je dois prendre conscience que ce choix limite mon évolution spirituelle. En revanche, si ce qui est essentiel pour moi est d'être avec ceux que j'aime dans les plans de lumière, je n'ai aucun intérêt à me placer au dessus des autres durant ma vie terrestre. Ainsi, en me centrant sur ces plans, je n'ai aucune raison d'être orgueilleux.

Il est judicieux de nous rappeler où est notre véritable centre pour nous permettre de nous ré-axer sur l'essentiel et de revenir à une meilleure attitude intérieure.

La jalousie

La jalousie est un sentiment à éviter même s'il reste normal d'avoir un petit pincement au cœur lorsque nous sommes tristes et que nous ne puissions pas partager le bonheur des autres. Il est essentiel de supprimer ce ressenti car il n'y a pas de jalousie dans les plans de lumière puisque nous sommes dans l'amour les uns pour les autres.

Le doute

> "Ce n'est pas tant ce que les gens ignorent qui cause des problèmes, c'est tout ce qu'ils savent et qui n'est pas vrai."
>
> MARK TWAIN

Le doute est un sentiment qui n'a pas lieu d'être, car si la personne est sincère et recherche des preuves pour se construire, elle les recevra si elle les demande, encore faut-il qu'elle veuille vraiment voir les preuves

qui lui sont envoyées. Dans le cas contraire, elle souffre d'un blocage. La citation de Joseph Dunninger prend ici tout son sens :" Pour ceux qui croient, aucune explication n'est nécessaire. Pour ceux qui ne croient pas, aucune ne serait suffisante. "

Il est cependant utile de rappeler qu'il y a un doute positif, à savoir un doute qui permet de vérifier la véracité d'une information et qu'il est important d'être prudent dans des domaines où il est si facile de se leurrer.

L'influence négative de notre mental

Le mental, dans sa partie positive, nous permet de raisonner, ce qui est essentiel pour notre vie et pour toute construction intérieure ; néanmoins, dans sa partie négative, il est souvent le premier obstacle sur le chemin spirituel.

Nous ne nous étendrons pas sur cet aspect, car il est déjà abordé avec plus de précisions dans le paragraphe Comment fonctionne notre mental. Notre mental est le principal obstacle qui bloque les paroles de nos guides spirituels. En effet, le mental a la particularité de fonctionner avec un volume fort à la manière d'un poste de radio allumé en permanence et qui nous empêche d'entendre "notre petite voix".

Pour résoudre ce problème, il est nécessaire de ralentir notre mental en faisant de temps en temps un arrêt d'une minute, de nous concentrer uniquement sur le ressenti de notre respiration et de n'avoir dans notre tête aucune pensée "mot", ni aucune pensée "image". Un peu comme lorsque nous sommes en voiture à grande vitesse ; elle ralentit de manière proportionnelle à nos coups de frein. De la même manière, nous pouvons ralentir et diminuer la quantité de pensées émises par le mental.

En faisant ceci de temps en temps et à notre rythme, une fois tous les deux jours par exemple, nous constaterons que notre mental devient plus calme. Il semble se stabiliser, ne nous envoyant des pensées que

de temps en temps, ce qui permet au cerveau de se reposer. Nous commençons ainsi à nous approcher de ce que l'on nomme " la paix intérieure ".

La dispersion

> "L'esprit de l'homme est plus spacieux qu'une grange, il est plein de possibilités diverses. Choisis les bonnes et laisse les mauvaises."
>
> SCHWALLER DE LUBICZ

> "Au lieu de chercher ce que vous n'avez pas, trouvez ce que vous n'avez jamais perdu."
>
> NISARGADATTA

La dispersion est une véritable problématique actuelle. Le fait qu'il y ait tant de sources, d'ouvertures, de livres, de conférences et d'expériences diverses piègent les personnes qui ont le désir profond de progresser au niveau spirituel. Ces personnes apprennent, s'ouvrent et s'intéressent à tout mais n'arrivent plus à approfondir. Elles en arrivent ainsi à accumuler des connaissances spirituelles, passant d'un sujet à l'autre.

Les livres peuvent alors devenir un obstacle, car bien des gens n'arrivent pas à intégrer ce qu'elles viennent de lire et délaissent leur livre au dépend d'autres livres intéressants qui sont sortis depuis. Certaines personnes se retrouvent ainsi à la surface des choses, tant l'éventail de possibilités est étendu et ne savent plus dans quelle direction s'orienter.

Rappelons-nous que le chemin spirituel s'approfondit pour pouvoir avancer. Il faut pour cela se recentrer.

Le jugement

"Cessez de juger sur l'apparence. Jugez avec équité."

JEAN ch.,7,24

"Ne vous occupez pas des imperfections des autres, mais essayez de découvrir leurs qualités positives en vous rappelant que c'est votre façon de voir les choses, quand vous critiquez autrui, qui vous fait souffrir. "

MA ANANDA MOYÎ

Le jugement n'a pas lieu d'être sur le chemin spirituel. Nous sommes tous à des niveaux différents sur la route. Lorsque nous jugeons, nous nous plaçons dans un regard de division, ce qui est à l'opposé de la Lumière.

Dans les plans supérieurs où tout est joie, paix et amour, il n'y a plus de jugement, mais de la compassion. Si nous désirons aller sur ces plans, il nous est nécessaire de commencer dès maintenant à accepter l'autre tel qu'il est et de ne pas essayer de le transformer à notre façon.

Il est bon de rappeler que Philippe de Lyon demandait à ses amis de ne pas dire du mal des autres pendant une demi-journée pour pouvoir réaliser un miracle. Par ailleurs, il répétait souvent cette phrase : "La médisance ne monte pas au Ciel".

Comment discerner si nous sommes bien sur notre chemin spirituel ?

> "La véritable spiritualité se reconnaît dans la façon de vivre et d'aborder l'existence, et non dans ce que l'on transmet de ses croyances."
>
> NATHANIEL BRANDEN

> "La règle d'or de la conduite est la tolérance mutuelle, car nous ne penserons jamais tous de la même façon, nous ne verrons toujours qu'une partie de la vérité, et sous des angles différents."
>
> GANDHI

> "L'intériorité est la clé de notre accomplissement. Se tourner vers l'intérieur et entrer en contact avec la paix profonde qui est à la source de notre être est la voie la plus simple et la plus directe pour trouver l'harmonie dans la vie, pour vivre dans ce monde avec équilibre, et pour atteindre l'accomplissement spirituel."
>
> SWAMI UMÂNANDA

Le chemin, le vrai, est un chemin qui s'ouvre, le mauvais chemin est un chemin qui se ferme : mon chemin est-il celui qui s'ouvre ou celui qui se ferme ? Le chemin qui s'ouvre est un chemin qui s'élargit et s'éclaircit au fur et à mesure que nous avançons. Ajoutons que nous grandissons aussi intérieurement au fur et à mesure de notre progression.

À l'inverse, lorsque la personne entre dans une impasse, une première porte se ferme, elle entend déjà moins son guide, la voix est plus ténue et en s'obstinant sur ce chemin là, une seconde porte se ferme entraînant le fait qu'elle n'entend plus du tout son guide spirituel par clairaudience. Il en est de même pour notre partie supérieure dont nous

nous tenons maintenant éloignés et dont nous ne percevons plus les messages et les avertissements provenant de notre intuition.

Ainsi les choses sont plus difficiles en apparence à cause de notre laxisme. Or, ce que nous devons assumer dans cette vie c'est d'apurer notre karma, autrement dit : régler notre surendettement du passé et progresser spirituellement.

Toutefois, même si cela semble difficile, c'est le chemin le plus simple et le plus facile en profondeur car en réalité, il nous emmène vers la lumière. C'est celui qui nous a été préparé avant notre venue sur Terre. Lorsque nous sommes sur ce chemin et que nous en avons terminé avec le karma et ses empreintes, nous avons "le vent en poupe" comme si nous étions aidés pour avancer. Par ailleurs, les portes qui se présentent à nous s'ouvrent au fur et à mesure que nous avançons.

Ainsi, ce chemin nous évite bien des désagréments.

Témoignage

Une personne, Mme Valérie S., m'avait envoyé une lettre me demandant de l'aider à y voir plus clair dans ses différents blocages.

Elle en était arrivée, à la suite de chutes successives, au stade de S.D.F. (sans domicile fixe). Quelqu'un lui avait proposé de m'écrire pour que je puisse définir l'origine de ses blocages.

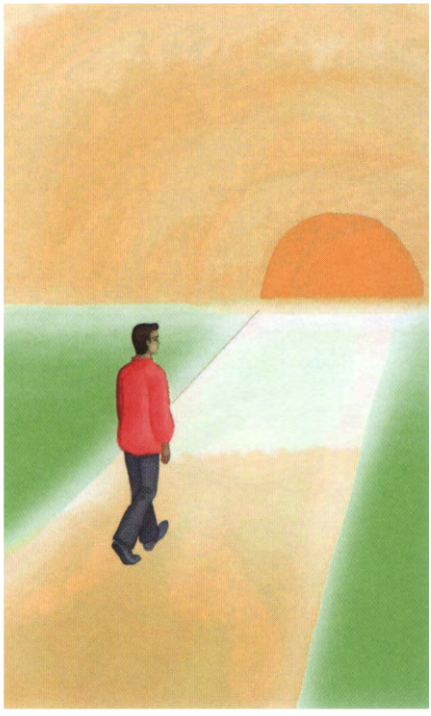
Après être allé voir astralement son guide spirituel, je fus surpris de rencontrer un guide qui se sentait vraiment démuni vis-à-vis de sa protégée. Il me répétait : "Elle ne veut rien entendre."

J'appelai donc Mme Valérie S. et je lui dis : "Vous savez que vous avez un guide spirituel qui est là pour vous aider !" Elle me répondit vulgairement : "j'en ai rien à foutre !"

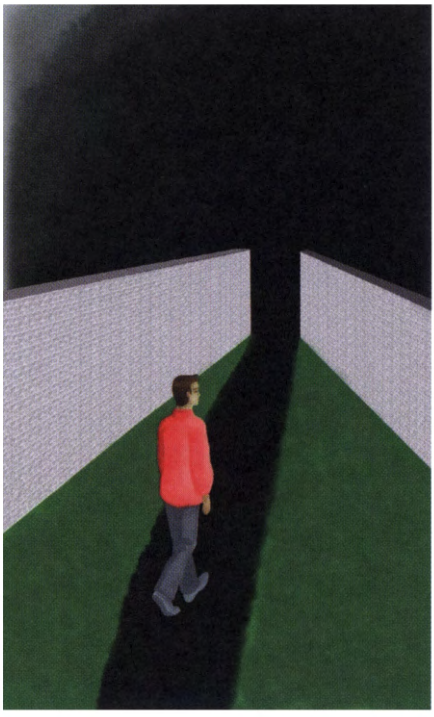
Je lui répondis alors qu'il était là pour l'avertir et lui éviter les écueils de la vie, qu'il l'aimait, même si elle n'en avait pas conscience.

Elle me fit la même réponse, ce à quoi je répliquai : "Excusez-moi, Madame, mais si vous ne voulez pas écouter celui qui a été mis à votre disposition pour vous amener vers une vie meilleure, alors je ne peux rien pour vous."

Ce qui mit fin à la discussion.



Chemin qui s'ouvre.



Chemin qui se ferme.

Il est nécessaire d'écouter nos guides spirituels pour pouvoir progresser spirituellement et éviter de prendre un chemin de vie qui n'a pas été prévu et qui n'a pas lieu d'être, puisqu'il ne fait que nous ajouter des épreuves inutiles.

Reconnaître les signes qui nous sont envoyés.

> "Pour trouver ce que vous voulez, il suffit de voir ce qui vient continuellement sans que vous le cherchiez. C'est cela que vous voulez véritablement."
>
> SWAMI PRAJÑANPAD

Il faut demander des signes à nos guides spirituels, aux anges, aux êtres de lumière lorsque nous avons besoin de confirmation, particulièrement lors de choix importants de notre vie. Si nous ne savons pas qui interroger, nous pouvons nous adresser aux "êtres de Lumière" ou à l'univers.

Ces signes peuvent nous parvenir par tous les moyens possibles. Les êtres spirituels nous les envoient en attirant notre attention sur des sujets qui nous touchent. Dans le cas où nous avons une décision importante à prendre, demandons un signe pour être éclairés sur notre situation.

A partir du moment où notre demande a été faite, il est important d'être en éveil et à l'écoute de ce qui peut arriver. Ainsi, le signe peut nous arriver de différentes manières, qu'il s'agisse d'une publicité dont les mots répondent exactement à la question posée, ou de mots entendus à la radio, à la télévision, lus dans un magazine, etc.

Il peut arriver que les signes reçus ne nous semblent pas suffisamment clairs. Dans ce cas, nous pouvons demander des signes ou des confirmations plus nettes, avec si possible, des informations complémentaires pour savoir comment agir pour prendre une décision.

Parfois, les signes sont clairs et ne demandent aucune interprétation. Nous ressentons que c'est exactement la bonne réponse confirmée directement par le ou les signes reçus agissant comme des lampions sur le chemin. Ils peuvent être accompagnés par un état de bien-être associé à une certitude qui nous remplit.

Si les signes ne sont pas très clairs, nous essaierons de ressentir avec notre intuition ou avec notre discernement leur interprétation, juste

en nous posant la question : Qu'est ce que cela signifie ? Et attendons la réponse.

Il est possible que le signe ne nous parle pas. Dans ce cas, il est préférable d'en demander un autre en précisant que nous désirons un signe plus explicite et plus sûr pour éclairer notre question.

Il peut arriver que malgré nos demandes, nous n'ayons apparemment pas de réponse et que nous ne soyons pas exaucés immédiatement. Dans un tel cas, il est possible qu'il s'agisse d'une épreuve que nous devons vivre, comprendre. Souvenons-nous que les choses arrivent lorsque nous sommes prêts à les recevoir.

Nous pouvons également utiliser les cartes des oracles, qu'il s'agisse par exemple d'oracles des anges, des archanges, des maîtres ascensionnés. Ces cartes nous guident bien en général à condition d'être concentrés sur la question au moment de choisir la carte. Cette carte pourra ressortir à plusieurs reprises.

De plus, nous pouvons recevoir l'intervention d'un guide spirituel (ou de notre partie supérieure) qui fera ressortir une carte précise correspondant à un message qu'il veut nous transmettre ou encore une leçon spécifique qui n'a pas été assimilée et qui est plus importante que la question posée.

Les limites d'action de nos guides spirituels et de nos anges gardiens

Les limites du pouvoir d'action de nos guides spirituels et de nos anges gardiens sont essentiellement liées à notre liberté. Si nous avons une leçon karmique à vivre, ils n'interviendront pas puisque nous devons de toute manière la vivre.

Par ailleurs, si nous désirons nous en sortir seuls et que nous ne voulons pas écouter nos guides et les anges gardiens, ceux-ci ne nous guideront pas par respect pour nous. Ce sont les seules circonstances

où ils se retirent pour nous laisser la place, jusqu'au moment où, après avoir vécu certains revers sans être guidés par leurs soins, nous nous ouvrons à nouveau à leurs conseils.

Accepter que ceux que nous invoquons aient leurs limites

Témoignage

Une de mes élèves, Madame Mylène T., était contrariée car elle n'avait jamais osé demander l'aide des anges, ce n'était pas dans son éducation de les déranger.

Elle précisait qu'elle avait appris à se débrouiller toute seule, sans faire appel aux autres. Un jour, alors qu'elle passait un examen, elle a fait l'impasse sur l'un des sujets.

Elle a donc demandé aux anges de l'assister pour qu'elle tombe sur n'importe quel sujet à l'exception de celui-ci. Chaque participant tirait lui-même son sujet au hasard. Elle a pris le seul sujet qu'elle voulait éviter. Elle nous a dit combien elle avait pu être déçue par cet examen auquel elle accordait beaucoup d'importance. À ce moment-là, je me suis isolé pour demander aux anges pourquoi elle n'avait pas été exaucée, car pour moi, c'est une femme extraordinaire. La réponse m'a été donnée immédiatement, j'ai nettement entendu : "c'est parce qu'elle s'est sabordée elle-même !" Dans un tel cas, les anges ne peuvent agir car si la personne refuse, même inconsciemment, c'est malgré tout une partie d'elle-même qui n'est pas prête à avancer. Ainsi, les anges respectent le choix de la personne même si elle n'en a pas conscience. C'est pour cette raison qu'ils ne peuvent agir à leur guise, ils n'agissent jamais par intrusion, que nous en soyons conscients ou non.

Comment discerner quelles personnes peuvent nous guider ou nous aider sur le chemin

"Ne recherchez pas l'amitié de ceux qui ne partagent pas vos exigences."

CONFUCIUS

"Recherche toujours le meilleur, attends-toi toujours au mieux et, jamais à aucun moment, ne te satisfais de ce qui serait moins bon."

EILEEN CADDY

"Si tu ne trouves pas d'ami sage, prêt à cheminer avec toi, résolu, constant, marche seul."

BOUDDHA

Il est nécessaire de discerner à qui nous avons affaire lorsque nous choisissons une personne qui va nous enseigner, nous guider ou nous aider sur le chemin initiatique et spirituel.

Témoignage

Un de mes élèves, M. Arnold R., m'avait dit à plusieurs reprises avoir reçu un message de ses guides spirituels me conseillant d'aller consulter une certaine thérapeute, Mlle Bénédicte F.

Je lui répondis que j'irais la voir en ne me posant pas de questions. Le jour du rendez-vous, je suis accueilli par une gentille jeune femme habillée de blanc.

Dès le début de la séance, j'ai ressenti au plus profond de moi que, non seulement elle n'était aucunement branchée, mais qu'elle me donnait diverses informations qu'elle avait lues, me précisa-t-elle, dans le numéro précédent de Marie-Claire.

⇩

De plus, elle m'envoyait de l'énergie mais je ne ressentais absolument rien.

Cela m'a permis de vérifier que des personnes se déclarent thérapeutes sans pour autant faire l'effort, par respect pour leurs propres patients, d'être au moins un peu connectées.

Pendant la séance, il s'est passé un phénomène particulier au moment précis où elle m'a posé un doigt sur la tête.

À cet instant précis, j'ai reçu comme un coup d'électricité dans la tête, semblable à un petit éclair très douloureux. Cela se passa sur place, puis plus tard cette douleur réapparaissait à chaque fois que j'étais en contact avec des énergies supérieures.

Après la séance, je me suis connecté en clairvoyance pour comprendre ce qui venait de se passer.

J'ai ainsi aperçu une femme décédée qui est intervenue pendant cette séance, depuis l'autre plan, et qui profitait de mon ouverture pendant l'intervention de Mlle Bénédicte F. pour agir.

Devant une chose aussi surprenante, je préfère toujours rester prudent de peur d'être dans l'affabulation.

J'ai donc demandé à un de mes élèves, qui avait souvent des informations provenant de guides spirituels et qui complétait parfois mes informations, de voir ce qui s'était passé pendant cette consultation, sans pour autant lui raconter quoi que ce soit.

Il me dit que j'avais été attaqué par une femme décédée. Je la lui décrivis comme une femme de forte corpulence et brune et il me confirma que c'était bien la description de celle qu'il avait perçue. Il a ajouté que ce qui avait été placé à l'intérieur de ma tête et qui était semblable, par le ressenti, à un petit éclair, ne pouvait plus m'être enlevé ni par moi ni par quiconque.

Après m'être connecté aux plans supérieurs et après maintes reprises, j'ai tout de même réussi à retirer, avec ma main astrale, cette charge négative qui avait été placée. ⇩

Après cette confirmation, j'ai attendu le moment propice pour rejoindre dans un des plans du bas astral, cette femme qui avait agi à mon encontre, afin de l'avertir de manière forte de ne plus recommencer.

Nous voyons bien que dans un tel cas, une entité provenant du bas astral peut interférer et profiter de l'action d'une personne qui n'est pas branchée vers la lumière. Il faut savoir que si Mlle Bénédicte F. s'était connectée correctement au plan de lumière, cette femme n'aurait même pas pu nous approcher et encore moins agir. En revanche, si elle avait pu agir avant, pourquoi a-t-elle attendu cette séance pour intervenir ?

Il est probable que l'attitude intérieure d'ouverture que je devais avoir pour permettre à Mlle Bénédicte F. d'agir sur moi a créé une brèche qui a permis à cette femme de me piéger. Bien des questions restent encore en suspens. De plus, certaines conclusions ont encore besoin d'être vérifiées, voire même complétées.

Tout chemin spirituel se doit d'être initiatique, faisant passer la personne de l'état intérieur où elle se trouve vers un état intérieur supérieur plus stable, plus vrai et lumineux. Celui qui veut guider les autres doit avoir réalisé un travail intérieur personnel de nettoyage et d'abnégation.

Lorsque la personne a réalisé ce travail intérieur nécessaire et qu'elle a su oublier "le mercenaire du spirituel" en elle se transcendant en mode "don de soi", elle peut être reliée aux plans les plus élevés et transmettre les clés reçues à ceux qui le demandent. Pour cela, il est important que ses canaux spirituels soient propres afin de laisser la place aux guides spirituels supérieurs ou aux êtres de lumière.

Il est très important, à partir de ces repères, de discerner où en est la personne qui nous guide. La plus grande prudence est donc de mise lorsque nous nous confions à quelqu'un d'autre.

Être et rester en éveil dans nos choix

Dans le domaine de la vérité il est impératif d'être objectif, c'est-à-dire que s'il y a quelque chose que nous ne ressentons pas, nous devons rester en éveil pour ne pas nous tromper. Il existe dans ces domaines de recherche beaucoup de personnes qui montrent une belle apparence pour mieux attraper et tenir ensuite leurs victimes, soit par la peur, soit par la pression psychologique ou par la soumission.

Une phrase du Christ dit : "Vous reconnaîtrez l'arbre à ses fruits, un bon arbre ne donne pas de mauvais fruits ni un mauvais arbre de bons fruits." Matthieu ch. 7.16.

En dehors de toute considération religieuse, cette observation peut nous servir de moyen de discernement au niveau spirituel. De plus, il est important de regarder si ce qui est enseigné est cohérent ou si ce n'est constitué que d'un ensemble de repiquages d'informations prises çà et là. Nous devons aussi pouvoir constater que l'enseignement qui nous est prodigué nous permet de progresser spirituellement, d'entrer dans une sérénité intérieure et d'aller vers un mieux-être.

Une personne qui avance sur le chemin a besoin de prendre des informations complémentaires, que ce soit au travers de livres, de conférences, de cours ou de tout autre support, il s'agit d'une étape qui rassure. Toutefois, il n'est pas spirituel de faire une copie conforme de ce qui a été enseigné par quelqu'un et de l'enseigner à son tour comme si nous en étions à l'origine, sans y apporter une note personnelle.

C'est-à-dire qu'il est important d'intégrer un enseignement que nous avons suivi, de le restituer avec des compléments et une compréhension nouvelle car c'est ainsi que ce qui a été acquis fera vraiment partie de nous-mêmes.

Lorsque nous sommes sur le chemin spirituel, il y a toujours des personnes plus avancées que d'autres, cela fait partie du chemin et c'est à nous de l'accepter. Il faut se rappeler que c'est un chemin d'amour qui permet de guider les autres vers les plans de lumière, qu'il n'y a aucune

performance à atteindre, qu'il convient simplement d'avoir une attitude authentique de service.

Le chemin spirituel requiert de notre part de regarder droit devant nous ; il y a tellement à faire dans notre propre vie. Regarder ailleurs pour voir comment avancent les autres reviendrait à s'arrêter sur le chemin spirituel. Rappelons-nous que le regard spirituel véritable n'est pas un regard dans la dualité, il ne voit pas l'autre comme un adversaire mais plutôt comme un compagnon à aider.

Il est donc urgent d'acquérir ce regard d'unité pour progresser de manière certaine sur ce chemin. Ainsi nous constaterons que non seulement nous sommes accompagnés mais que nous sommes guidés tout au long de notre vie comme si tout était initiation. Il nous faut pour cela dépasser l'aspect exotique qui ne touche que l'apparence.

Restons axés sur l'essentiel et ne nous endormons pas car nous sommes dans une époque où tout semble s'accélérer. Il en est de même pour tous les enseignements qui doivent eux aussi être plus efficaces et donner des résultats rapides.

L'attitude intérieure de l'enseignant vis-à-vis de ceux qui lui sont confiés.

> "N'oubliez pas l'hospitalité : il en est qui, en l'exerçant ont à leur insu logé des anges."
>
> Épître aux hébreux v.13, 1

Celui ou celle qui enseigne doit être dans l'état intérieur du "don de soi" afin que nous lui fassions confiance. La personne qui est dans cet état donne toutes ses clés, son but principal est de nous aider à nous éveiller spirituellement. Elle est généralement "lumineuse."

Cet enseignant n'est pas tenu par son petit moi. Ses pensées, ses paroles et ses actions ne sont pas dans le mode "personnel" ; il fera passer ses

motivations spirituelles au premier plan. Il ne se met pas en avant et ne montre pas qu'il possède des connaissances que les autres n'ont pas, partageant ainsi ses acquis.

Selon le niveau de subtilité de l'enseignant, de son éthique et de ses motivations, l'aspect personnel peut teinter l'enseignement transmis. L'enseignant donne ses clés à chacun, ce qui est nécessaire à son évolution. Il est heureux de pouvoir ainsi partager son savoir et ses expériences. En se mettant en adéquation avec sa mission spirituelle, il reçoit tout ce qui lui est nécessaire pour guider ceux qui lui sont confiés vers les plans de lumière.

Il est important de discerner le véritable personnage de l'enseignant. De plus il est nécessaire d'accepter que certains ont "de grandes clés" et d'autres "de plus petites". C'est à nous de ne pas nous disperser et de choisir la voie la plus directe pour aller vers la lumière et bien sûr, éviter les chemins de traverse.

Témoignage

Un jour un des mes élèves avait un gros problème de santé. J'en avais parlé à Raymond Réant et quelques jours plus tard, tout s'était arrangé. Je demandai à Raymond s'il l'avait aidé, il me répondit évasivement "non".

Je renouvelai ma demande, il me répondit de nouveau par la négative. Malgré tout, mon intuition me donnait l'information contraire.

Puis une troisième fois : "Entre-nous Raymond, est-ce que tu as fait quelque chose ?", car je ressentais clairement que c'était oui.

Au bout de cette troisième demande, Raymond m'avoua qu'il avait aidé cet élève. Je lui en demandais la raison. Il me répondit : parce que c'est ton ami !

⇩

Cette réponse, obtenue après avoir insisté à plusieurs reprises m'a montré combien un être tel que Raymond Réant était dans l'aide gratuite et dépourvu de tout besoin de valorisation.

C'est devant un tel acte que j'ai pu découvrir ce qu'était un ami véritable et devant lequel je ne peux avoir que du respect et de l'admiration.

L'attitude intérieure de l'enseignant par rapport à ses guides spirituels.

Si l'enseignant vit les choses de manière "personnelle", le contact qu'il aura avec les plans supérieurs sera plutôt limité ce qui fait qu'il recevra difficilement d'authentiques messages provenant de ses guides spirituels.

En effet les guides spirituels très élevés choisissent des personnes pures au travers desquelles ils nous transmettent des messages. Lorsqu'une de ces personnes reçoit le message d'un guide, il arrive communément qu'elle en tire un certain avantage vis-à-vis des personnes qui lui ont été confiées. C'est une grande erreur d'agir ainsi au niveau spirituel car les êtres de lumière, les guides spirituels ou les anges sont parfois blessés par de telles attitudes.

Ceci a pour conséquence que son chemin spirituel s'en trouve entaché. Il est probable qu'à partir d'un certain nombre de messages récupérés, réadaptés, voire même transformés, la personne qui agit ainsi se trouvera à un certain moment coupée de ses guides qui lui transmettaient les messages.

Elle aura ainsi tout le temps de constater combien les messages reçus étaient "sacrés."

Comment discerner si les messages reçus proviennent d'êtres de lumière ?

"Il est malaisé de servir de guide quand on tâtonne soi-même dans l'inconnu."

EUGÈNE CASLANT

"Cherche la vérité dans la méditation et non continuellement dans les livres moisis. Celui qui veut voir la lune regarde le ciel et non l'étang."

PROVERBE PERSAN

" Si tu ne trouves pas la vérité à l'endroit où tu es, où espères-tu la trouver ?"

MAÎTRE DÔGEN

Les messages provenant des plans supérieurs sont toujours positifs, encourageants et ne contiennent pas d'ordre, mais plutôt des conseils. De plus ils ne contiennent pas de jugement.

Nous pouvons, au lieu de recevoir des messages provenant de nos guides spirituels ou d'êtres de lumière, recevoir des messages provenant d'autres sources. Il y a de fortes probabilités que ces messages soient erronés. Si nous n'avons pas une grande habitude des messages provenant des guides spirituels, nous aurons des difficultés à repérer ce qui est authentique de ce qui ne l'est pas. Le discernement à avoir vis-à-vis des messages reçus doit se faire dès le début de cette prise de contact. Il nous faut acquérir une certaine prudence concernant les messages perçus.

Ils peuvent nous parvenir de quatre sources possibles :

- notre mental
- une entité ou plusieurs entités qui interfèrent
- notre partie supérieure
- un guide spirituel

Pour ce qui est de notre mental, il nous faudra un peu d'habitude pour mieux repérer ce qui provient de lui, car les pensées sont souvent vibratoirement lourdes, longues et ne sont pas axées sur le cœur.

Ainsi le mental est sans arrêt dans la peur, il est soit dans le passé, soit dans le futur, mais il n'est jamais dans le présent. Il se justifie très souvent par "Il faut que je fasse ceci ou cela", "Il ne faut pas que j'oublie d'acheter cela parce que demain il y a des invités", etc.

Ce type de phrases du mental est assez lourd, communiquant toujours quelque chose à faire d'impératif et qui, s'il n'est pas réalisé, aura des conséquences plus ou moins négatives. Nous voyons dans ce cas que le mental fait son travail en tant qu'immense base de données, nous rappelant ainsi tout ce que nous devons faire ou ne pas faire.

Nous avons vu en premier lieu que le mental a besoin de se justifier à travers ses pensées. Il y a aussi le fait que le mental s'intéresse principalement à ce qui est matériel, ses pensées s'orienteront donc dans cette direction.

Enfin, avec l'habitude nous remarquerons que les pensées du mental ne sont pas très éloignées des nôtres, il ne peut avoir qu'une ou deux pensées d'avance sur nous, c'est-à-dire que ses pensées ne seront pas très éloignées de nos préoccupations.

Pour ce qui est d'une ou de plusieurs entités qui peuvent interférer dans nos messages, nous devons savoir qu'il y en a beaucoup qui veulent profiter et s'amuser à nos dépens. Elles se situent généralement dans ce que l'on appelle le double de la terre. Ce sont souvent des défunts qui ne veulent pas monter vers la lumière et qui captent nos pensées. Il y en a ainsi beaucoup qui s'amusent à nous piéger, nous envoyant des pensées qui nous sont étrangères. Ainsi, il nous arrive d'entendre des personnes dire "J'ai eu cette pensée, mais cela ne me ressemble pas." ou "Je ne comprends pas ce qui m'est passé par la tête."

Pour ne pas se faire piéger par de telles interférences, il est nécessaire de se mettre dans la lumière, c'est-à-dire d'élever nos vibrations afin d'être

couverts par les plans supérieurs. Ainsi ce type d'entité ne pourra même pas nous approcher et encore moins interférer dans nos pensées.

Pour ce qui est de recevoir les messages provenant de notre être supérieur, lorsque nous y sommes, nous avons déjà atteint un bon niveau pour pouvoir contacter ce qui est au-dessus de nous. En faisant ainsi, nous sommes déjà dans la lumière. Les entités et les parasitages du mental n'ont pas lieu, pour la simple raison que nous sommes sur un plan vibratoire supérieur.

Pour repérer que les informations proviennent de nos parties spirituelles supérieures, nous pouvons percevoir qu'elles nous arrivent de l'intérieur et plus particulièrement par le canal coronal qui est en contact avec ce qui est au-dessus de nous. Le son arrivera de l'intérieur de nous-mêmes ou au-dessus de notre tête.

Témoignage

Une femme que je connais, Madame Christine M., avait reçu un message lui disant d'aller vivre à Amiens, ce qu'elle fit quelques semaines plus tard. Sur place, elle se rendit compte que ce qui était prévu n'arrivait pas et qu'il y avait probablement une interférence. Elle revint sur Paris deux ans plus tard. Malheureusement, elle entendit de nouveau un message similaire ; cette fois elle était appelée à partir dans l'Est de la France. Je ressentais intérieurement qu'elle n'était pas prête à entendre ce que j'avais à lui dire, je n'ai donc pas pu la prévenir. En effet, la première leçon ne lui a pas servi puisqu'elle a recommencé quelques mois plus tard. À ce jour, je n'ai plus de ses nouvelles.

Je connais malheureusement plusieurs personnes qui vivent des situations similaires à cause d'une clairaudience mal maîtrisée dont certains messages viennent des interférences du mental.

Dans notre période où la Terre monte en vibrations, les plans astraux semblent plus proches, ce qui nous entraîne à percevoir plus facilement ce qui provient des plans astraux avec ses messages spirituels authentiques mais aussi avec ses parasitages.

Nous recevons ainsi plus de messages provenant de l'autre plan, avec néanmoins le fait que beaucoup d'entités farceuses abusent de la crédulité de clairaudients inexpérimentés pour leur envoyer de faux messages. Il me semble judicieux d'acquérir le réflexe de demander d'être dans la lumière et sous la protection des plans supérieurs avant toute connexion subtile, afin d'éviter ce type de parasitages qui ne se feront plus si nous avons fait le nécessaire.

Pour ce qui est de recevoir des messages des guides spirituels, il est essentiel d'être branchés vers la lumière. Pour se "brancher", nous pouvons visualiser que nous nous grandissons jusqu'au plan de l'astral supérieur. Cette simple visualisation d'étirement vers le haut et de grandissement permet de nous placer au niveau du cœur spirituel.

Par cet acte, nous constaterons que nos pensées se sont raréfiées au point de ne plus en avoir pendant quelques instants, dans le cas contraire, puisque nous sommes obligés de penser pour faire les choses, nous remarquerons qu'elles sont composées de moins de mots. Cela nous fait ressentir ainsi les prémices de ce que l'on appelle "la paix intérieure".

Si, avant d'appeler un guide spirituel, nous réalisons un petit acte intérieur de connexion avec le cœur en demandant à la manière d'un enfant d'être simplement protégés et immergés dans la lumière, nous recevrons d'office ce que nous demandons, qu'il s'agisse, par exemple, de la protection et l'assistance des anges, de Ganesh, de maîtres ascensionnés, de saints, d'êtres de lumière, de la Vierge ou du Christ.

En agissant ainsi, nous nous assurons de manière authentique de ne pas être piégés par des interférences réalisées par des entités moyennes ou basses. Ceux dont nous demandons l'assistance ne le permettraient pas. Par ailleurs, si une entité récalcitrante s'y employait, elle risquerait au sens propre de s'y brûler.

Les messages qui proviennent des plans supérieurs

La première fois qu'il m'a fallu aider une personne en lui enlevant une entité, j'ai appelé Saint-Michel et lui ai demandé s'il voulait bien me protéger pour cette action.

J'ai entendu en clairaudience un tout petit "oui". Je me suis dit qu'il était important que la réponse soit nette et sûre car sans protection je m'exposais dangereusement. Je lui ai donc reposé la question et j'ai entendu de nouveau, mais nettement, "oui" avec un volume de voix très bas. J'ai donc effectué le dégagement de cette entité et pendant que j'agissais, j'ai clairement ressenti la présence de l'archange. Par contre cela m'a donné à réfléchir et j'ai médité car ce n'était pas la seule fois que j'étais en lien clairaudient avec celui que l'on appelle Saint-Michel. J'ai constaté à plusieurs reprises que ce n'était pas quelqu'un de bavard.

Quelques jours plus tard, un de mes élèves m'a montré ce qu'une voyante renommée lui avait transmis. Il s'agissait d'un dialogue médiumnique qu'elle avait eu avec Saint-Michel. Le texte commençait ainsi : "Tu te rappelles, lorsque nous nous promenions près de la lagune..." et continuait ainsi donnant une belle page d'explications.

Cet élève me demandait ce que j'en pensais, je lui posai la question : "À ton avis ? Toi qu'en penses-tu ?" car je ressentais bien que lui-même avait un doute et n'y croyait pas non plus. Bien des médiums, clairvoyants et clairaudients disent recevoir des messages souvent longs et techniques sur l'avenir du monde provenant de Saint-Michel, d'autres archanges ou encore d'êtres supérieurs.

Nous constatons souvent avec des élèves qui ne se connaissent pas, que les avis sont unanimes sur les messages reçus en clairaudience. Ils sont souvent très courts, incisifs et porteurs d'amour.

Ces derniers temps une équipe d'élèves débutants qui venait d'en faire l'expérience, avait la même surprise et faisait le même constat : les phrases reçues étaient effectivement très courtes. C'était la première fois qu'ils entendaient parler "dans leur tête". Les phrases dans ce domaine sont souvent très percutantes, tout est dit avec le cœur en

trois ou quatre mots, de façon nette et précise, donnant une sensation de respect devant le message reçu. Il n'y a rien à rajouter.

De qui proviennent donc ces messages dont les phrases sont souvent techniques et longues et ne semblent pas correspondre à la réalité que nous constatons ? Il n'est aucunement question de remettre en cause la fiabilité de voyants authentiques qui ont prouvé avec le temps que leurs perceptions étaient justes. Il est probable qu'étant donné que toute chose fonctionne avec la loi de résonance ou d'attraction, qui précise que les semblables s'attirent, nous ayons plutôt affaire à des égrégores de ceux que nous appelons et qui nous répondent.

Pour plus de précision, rappelons qu'un égrégore est une forme pensée collective qui est le rassemblement et l'union d'un ensemble de formes pensées individuelles.

De même, une forme pensée est la pensée d'une personne qui possède une certaine force. Toutes ces pensées orientées vers un même but s'unissent, devenant ainsi une immense forme pensée collective, ou égrégore qui prend vie, répondant aux demandes dont elle fait l'objet.

Le chemin de lumière est le chemin du retour "à la maison" où nous retrouvons notre identité "d'enfant de Dieu" ainsi que notre véritable famille spirituelle. C'est un chemin qui mène vers la paix, la joie, l'amour et la beauté intérieure, il aboutit sur les plans de lumière qui nous attendent. Ainsi ce qui est prévu pour nous est réellement merveilleux car tout est amour, grandeur, paix, beauté et joie. Même si tout ceci réclame un peu de discipline de notre part (et beaucoup de cœur), ne pensez-vous pas que cela en vaille la peine ?

Partie 5

Comment déployer nos facultés psychiques et spirituelles dans notre vie ?

"Je n'ai jamais entendu dire que quelqu'un ait eu des résultats sans étudier ou atteint la réalisation sans pratiquer."

Maître Dôgen

"Sans même quitter sa maison, on peut connaître tout ce qui existe sur terre et au ciel. Sans même jeter un coup d'œil par la fenêtre, on peut voir le chemin qui mène au paradis.
Ceux qui sortent apprennent de moins en moins au fur et à mesure qu'ils voyagent. C'est ainsi que le sage peut tout savoir sans aller nulle part, tout voir sans regarder, ne rien faire et pourtant réussir à atteindre son but."

Lao Tseu

"De même qu'une main placée devant les yeux peut cacher la plus grande chaîne de montagnes, de même la vie matérielle occulte la lumière et les mystères que prodigue le monde. Et celui qui peut éloigner de ses yeux cette vie étriquée comme on retire une main, celui-là contemplera l'immense clarté des mondes intérieurs."

Rabbin nachman

Ces facultés qui nous informent

"Personne ne peut vous révéler plus que ce qui repose déjà dans l'aube de vos connaissances."

KHALIL GIBRAN

"Celui qui cherche ne doit pas cesser de chercher,
"Jusqu'à ce qu'il trouve,
"Et, quand il trouvera,
"Il sera stupéfié
"Et, étant stupéfié,
"Il sera émerveillé,
"Et il régnera sur le tout."

EVANGILE DE THOMAS

"Heureux qui peut savoir l'origine des choses."

VIRGILE

Quelles sont les facultés psychiques et spirituelles dont nous disposons?

Ce sont les facultés de perception de notre esprit; elles sont le prolongement de nos cinq sens au niveau subtil. En effet, chacun de nos cinq sens se déploie au niveau subtil: notre vue s'ouvre à un niveau de perception supérieur à travers la vision éthérique qui est une vision physique plus affinée, permettant de distinguer les énergies d'une personne se trouvant devant une surface sombre.

Ce n'est pas encore de la clairvoyance, mais c'est déjà une vision physique intégrant la perception d'énergie. La vision déployée jusqu'au niveau de ce que l'on nomme la clairvoyance permet de percevoir de près ou à distance, à travers des obstacles. Elle nous aide aussi à percevoir les plans subtils, tels que les plans astraux, les plans mentaux, les plans causaux.

Cette faculté nous permet de percevoir de manière visuelle ce qui se passe au-delà de la réalité matérielle qui nous entoure.

De la même manière, notre sens de l'ouïe se déploie au niveau subtil. Il correspond à ce qu'on appelle la clairaudience, qui permet d'entendre des messages provenant de personnes défuntes de nos familles, de nos propres guides spirituels ou autres. La clairaudience permet également de percevoir des sons à distance provenant de notre plan terrestre ou de plans subtils.

Notre sens du toucher trouve sa continuité dans une augmentation de notre ressenti tactile permettant de percevoir avec notre corps physique les énergies qui nous entourent. Notre toucher subtil correspond à un ressenti tactile supérieur qui peut également se manifester à distance et hors du corps physique. Certains le nomment l'extériorisation de la motricité ou de la sensibilité. Ce toucher subtil permet un ressenti amplifié de notre énergie, ce qui correspond à ce qu'on appelle le magnétisme.

Cette énergie provient de nos chakras situés dans notre corps éthérique, elle est redistribuée dans notre corps physique et à tous nos corps subtils. Le ressenti tactile concerne aussi ce que l'on appelle la radiesthésie qui est la réponse que nous donne une partie non consciente de notre esprit à travers notre corps physique.

Certains se servent d'un pendule pour recueillir cette réponse, mais celui qui a appris à éveiller ses ressentis n'a plus vraiment besoin de support et peut capter directement une information avec ses mains ou son corps physique.

Par ailleurs, nous pouvons aussi ressentir tactilement, au-delà de notre corps physique, au moyen de nos membres astraux qui, déployés hors de celui-ci, nous permettent de ressentir la réalité subtile qui nous entoure.

L'odorat connaît lui aussi un prolongement au niveau subtil: la faculté psychique conserve le même nom que dans le monde physique. Il s'agit ici du même sens, mais amplifié, permettant avec notre corps

physique de percevoir des odeurs provenant d'êtres subtils. Lorsqu'il est projeté à distance, l'odorat "subtil" nous permet de percevoir au-delà de notre corps physique. Enfin pour ce qui est du goût, il se déploie comme l'odorat à un niveau supérieur au sein de notre corps physique, permettant dès lors de goûter des mets ou des liquides subtils. Il se déploie aussi à distance.

La télépathie fait également partie des facultés psychiques que nous pouvons développer. C'est la faculté de percevoir, volontairement ou non, les pensées des personnes qui nous entourent. Cette faculté, si elle est travaillée, peut se développer auprès de personnes très éloignées géographiquement.

Enfin, il y a ce que l'on nomme la sortie astrale, ou "sortie hors du corps" qui est un déplacement de la conscience dans le corps astral. Nous n'évoquerons pas ici l'aspect pratique de la sortie astrale, car vous disposez d'une technique dans le livre précédent *Développez vos facultés psychiques et spirituelles*, Éd. Exergue.

Cette faculté peut se développer à un niveau subtil supérieur lorsque nous projetons notre conscience dans notre corps causal. Il s'agit alors de ce qu'on appelle la sortie causale, dont nous aborderons l'aspect pratique dans ce chapitre.

Parmi les facultés psychiques que nous pouvons développer figure aussi l'intuition, qui consiste à capter des informations provenant de notre partie spirituelle supérieure.

Voici donc les principales facultés psychiques et spirituelles dont nous disposons. Il est préférable d'être sélectif dans le choix de nos facultés à travailler afin de ne pas nous disperser devant l'immense potentiel de notre esprit.

Il existe en effet bien d'autres facultés telles que la lévitation, qui permet de déplacer son corps physique dans l'espace ; la télékinésie, autrement nommée psychokinésie, qui permet de déplacer les objets, l'action de l'esprit sur la structure de la matière, agissant sur la structure même

de cette matière par le pouvoir de la pensée. Cette action permet, par exemple, la torsion d'une barre de métal.

Ces facultés demandent une longue expérimentation et une énorme dépense d'énergie pour un résultat qui ne me semble pas très intéressant, tant au niveau spirituel que dans celui de l'aide aux autres. Elles possèdent néanmoins l'intérêt de pouvoir démontrer la réalité de ces facultés psychiques pour les personnes qui ont besoin de preuves.

Toutes ces facultés sont présentes à l'état latent en chacun de nous.

Il me paraît prudent de ne pas limiter ces facultés à un nombre et un niveau d'action restreints. Il s'agit en fait des facultés de l'être spirituel que nous sommes, elles peuvent se déployer à l'infini et selon nos propres résonances. Expliquons l'effet des résonances sur le développement de certaines facultés psychiques par un exemple: les personnes très proches des avions sur le plan subtil auront des flashs ou des rêves (souvent imprécis et malheureusement inutilisables) concernant des problèmes à venir sur certains avions. J'ai pu le constater auprès de personnes que je connais et qui possèdent cette résonance.

Je termine ce tour d'horizon des diverses facultés à notre portée par cette capacité de notre esprit qui est l'une des plus importantes : la visualisation. Elle n'est pas considérée comme une faculté psychique à part entière. Distinguons bien la différence entre la clairvoyance qui est une réception d'images par le canal de la vision subtile et la visualisation.

Cette dernière permet la création et l'émission d'images dans les plans astraux, dans le but de créer, de modifier et d'agir sur notre réalité matérielle ou subtile. Pour résumer : la visualisation est création et la clairvoyance est réception.

Comment développer nos facultés spirituelles ?

"Ce que je fais d'autres peuvent le faire,
Ce que je vois d'autres peuvent le voir."

RAYMOND RÉANT

Ce sont nos conditionnements qui empêchent ces facultés de se manifester. Le principal conditionnement est la partie négative de notre mental, associée, à la peur qui nous empêche d'éveiller quoi que ce soit au niveau subtil.

Les facultés psychiques et spirituelles s'ouvrent à des niveaux supérieurs lorsque la personne agit en mode "don de soi". Elles ne sont pas le privilège de personnes douées. Nous devons tenir compte du fait que plus notre esprit sera dégagé de ce qui l'encombre et plus nos facultés psychiques seront prêtes à l'ouverture.

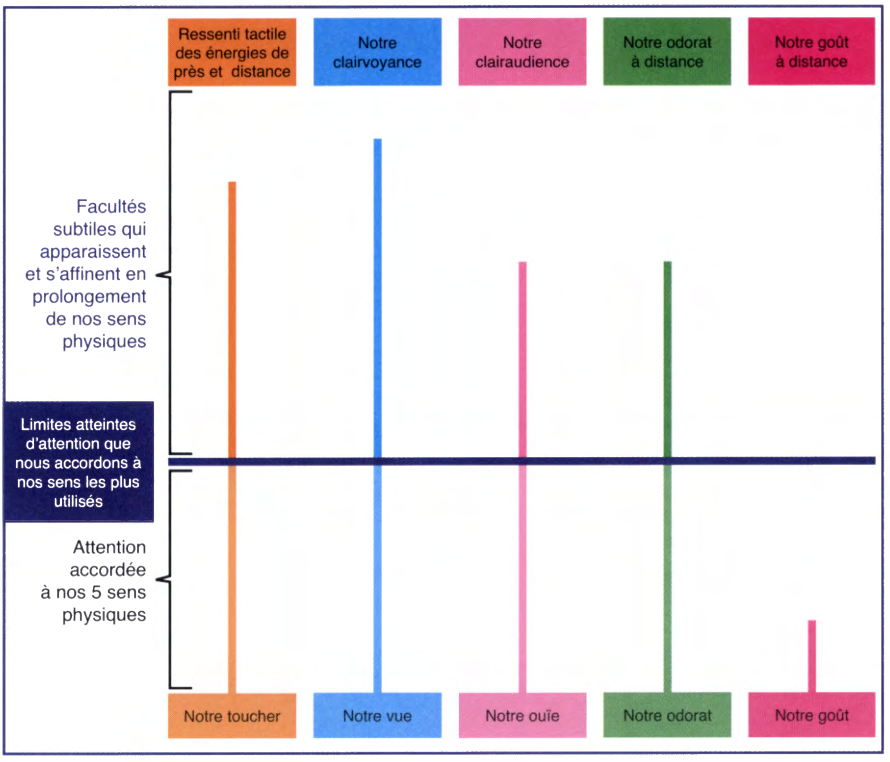
Un nettoyage du regard est indispensable pour préparer la venue de perceptions subtiles sans interférence. Pour cela, il faut avoir acquis au minimum une maîtrise de nos pensées, et procéder à un travail approfondi sur nos émotions négatives. Il est important pour cela de méditer sur nos schémas erronés de pensées, sur nos blocages et sur nos préjugés. Ceci nous permettra de nettoyer les mémoires négatives du passé ancrées en nous suite à des expériences traumatisantes.

Comment mettre en pratique ces facultés ?

Les facultés spirituelles, telles que la clairvoyance ou la clairaudience, ne se développeront pas aisément si nous avons l'habitude de ne pas porter d'attention à ce qui vient de notre vue ou de nos oreilles biologiques.

Elles se déploient et s'affinent nous permettant de percevoir des choses de plus en plus subtiles, jusqu'à percevoir ce qui est au-delà du monde

matériel. Par ailleurs, le développement de ces facultés sera d'autant plus grand que notre assiduité sous-jacente sera forte.



La plupart d'entre-nous faisons passer notre vision physique au premier plan, ce qui fait que certains spécialistes estiment que 80 à 85 % de notre attention sont occupés par la vision. Si c'est notre cas, il est évident que ce sera la clairvoyance qui aura tendance à apparaître en premier. À l'inverse, ceux d'entre nous qui sont plus auditifs que visuels, auront tendance à voir leur clairaudience se développer avant leur clairvoyance.

La logique de notre comportement dans notre vie physique conditionne notre fonctionnement sur les plans subtils. C'est quelque chose que je constate habituellement au niveau expérimental chez les élèves de tous niveaux.

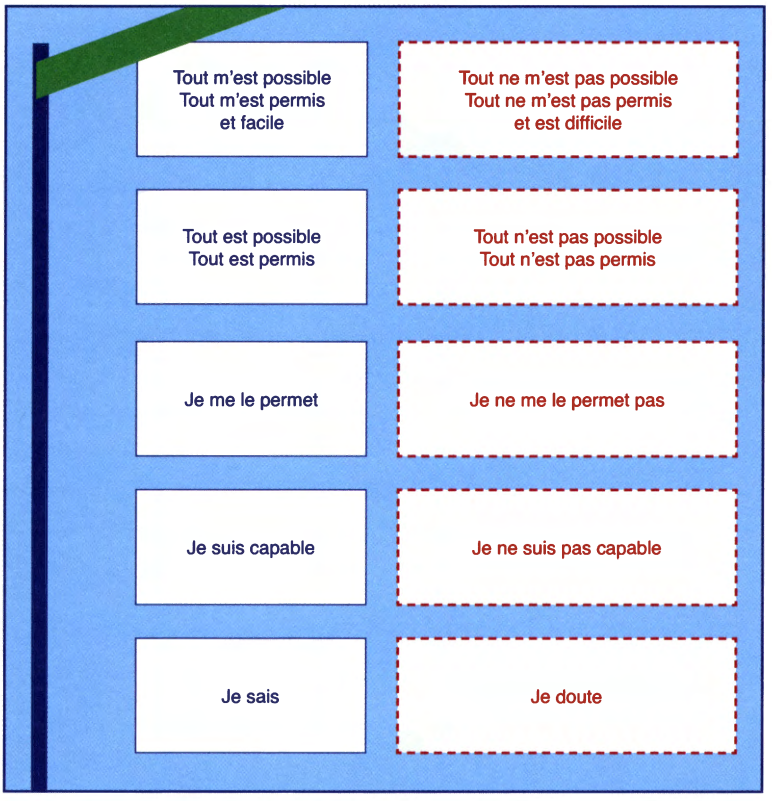
Quels sont les principaux obstacles que nous devons travailler ?

J'ai souvent constaté que le principal blocage de bien des élèves provenait d'un blocage subconscient. Celui-ci correspond souvent à un interdit de réaliser ce qui leur tient le plus à cœur. Il peut s'agir d'ouvrir sa clairvoyance, d'aller dans l'astral ou même de réussir.

En recherchant si nous avons un quelconque blocage et en nous posant les vraies questions, nous progresserons beaucoup plus vite.

Le tableau qui suit nous aide à passer au crible certaines questions telles que :

- Suis-je capable de voir en clairvoyance immédiatement ?
- Ai-je le droit d'être heureux ?
- Suis-je capable de devenir riche ?



Voici trois exemples parmi tant d'autres. Lorsque vous vous poserez ces questions, il est essentiel de donner la réponse qui vous concerne au moment actuel et pas ce qu'il serait "bon" de dire.

En partant de notre problématique, sans faire de faux semblant, nous serons dans de bonnes conditions pour affronter ce point faible. Il nous faudra ensuite méditer pour savoir pourquoi nous ne nous permettons pas par exemple d'éveiller notre clairvoyance.

Ces refus qui nous limitent proviennent généralement de notre petite enfance. Dès que nous aurons trouvé l'origine de notre blocage, il faudra en méditation affirmer à tout notre être que nous sommes désormais capables d'y arriver.

S'il y a une scène négative attribuée à cette mémoire, nous la détruirons en la voyant se transformer en lumière. Cette opération est à renouveler jusqu'à la disparition de l'obstacle. Notre réponse positive devra être évidente et sortir du cœur.

L'influence de nos attirances et de nos rejets sur nos perceptions subtiles

Nos perceptions sont influencées, en état de clairvoyance ou de sortie astrale par exemple, par ce qui nous attire ou nous repousse.

Si nous avons un attrait pour les belles menuiseries et que nous devons sortir astralement, notre attention sera attirée par les boiseries alors qu'un maçon verra avec plus de précision de quelle façon le mur est monté.

C'est la même chose pour ce qui nous rebute. Dans le cas où nous avons eu des problèmes avec nos parents, nous aurons plus de difficultés à voir en clairvoyance les parents d'une personne, à moins d'insister.

J'ai précisé ce point car il permet de mieux comprendre que le fait d'avancer sur ce chemin fait apparaître nos blocages personnels et qu'il nous faudra les dépasser si nous voulons que notre clairvoyance

s'épanouisse correctement. Cela nous permettra d'être ouverts à toutes les visions possibles, même si le sujet ne nous attire pas.

Lorsque nous recevrons nos premières visions en clairvoyance, il sera nécessaire de faire le tri car elles seront généralement imprégnées de notre imagination ; les images provenant de notre mental se mêlent en effet à ces perceptions subtiles. Avec de la persévérance et l'expérience, ce problème disparaîtra de lui-même, laissant de plus en plus la place à la réalité subtile, dénuée de tout ajout.

Comment intégrer l'intuition dans notre vie ?

"Savoir choisir le chemin avec le cœur, c'est apprendre à suivre le battement intérieur du sentiment intuitif."

JEAN BOLEN

" Le cœur perçoit ce que l'œil ne voit pas. "

AL GAZAL
Petit Prince du désert

"Ce n'est pas tant la connaissance de la vérité qui nous est nécessaire, c'est la découverte de la voix intérieure qui nous permettra d'en faire l'expérience."

CARL JUNG

Qu'est-ce que l'intuition ?

C'est la faculté spirituelle par excellence. L'intuition est la faculté de recevoir des informations sans l'aide du raisonnement, par une autre source que nos cinq sens. À ce jour, certaines études tendent à la localiser dans la partie la plus ancienne du cerveau, non loin de l'intelligence rationnelle.

L'intuition est comparable à des antennes spirituelles permettant d'appréhender d'autres types d'informations au-delà des cinq sens physiques.

Cette faculté ne dépend pas de notre logique cartésienne, mais semble fonctionner sur un mode plus subtil de réception d'informations provenant de parties supérieures de nous-mêmes.

L'intuition est une des facultés les plus élevées de notre esprit. Elle est utile et pratique dans la vie de tous les jours, car elle nous permet d'être guidés dans nos choix, afin de prendre spontanément les meilleures décisions. Ceux qui l'écoutent ont la particularité d'aller directement à l'essentiel. Cette faculté affûte notre regard et permet de ressentir avec justesse les personnes qui nous entourent, nous écartant ainsi de certaines erreurs, dangers ou mauvaises rencontres.

Il en est de même pour le ressenti des lieux. Si nous nous trouvons dans un lieu chargé négativement, nous sentirons qu'il y a quelque chose qui ne va pas dans ce lieu. Le sachant, il faudra ensuite s'en protéger afin de ne pas en subir l'influence néfaste.

Il est important de savoir que chacun de nous peut devenir intuitif.

Que nous apporte l'intuition ?

Les personnes intuitives ont tendance à être plus ouvertes et vraies vis-à-vis des autres, mais aussi à aller plus rapidement en profondeur, particulièrement dans le domaine de l'amitié. Elles vont beaucoup plus vite au fond des choses. Elles sentent à qui elles ont affaire et apprennent à se tenir à une distance correcte de ceux qu'elles côtoient, s'adaptant à chacun selon leur ressenti, apprenant par ce biais à les respecter davantage. De ce fait, elles ont plus d'assurance pour se confier à qui deviendra peut-être un ami et elles auront tendance, grâce à cette faculté, à être entourées de gens de confiance.

La meilleure façon de constater que l'intuition se manifeste est de la solliciter le plus souvent possible. Il ne faut donc pas hésiter à penser à elle régulièrement, à lui dire mentalement que nous sommes prêts à la recevoir, à l'écouter et à lui demander une réponse chaque fois que nous nous interrogeons sur une décision à prendre ou une attitude à adopter. Mais attention, la manière de poser la question joue un grand rôle.

Le fait de poser une seule question à la fois, clairement formulée sur le mode affirmatif, est la première garantie d'une réponse précise. Parfois,

la réponse viendra sous la forme de mots ou de phrases. Parfois, le corps enverra des signaux et l'on percevra seulement des sensations (gorge nouée, palpitations, sueurs etc.). Parfois encore, il s'agira de symboles (un rêve, par exemple) ou d'images. Les réponses peuvent être multiples et même contradictoires car le mental nous envoie souvent en même temps des messages dictés par l'appréhension ou la peur de l'inconnu. Nous pourrons alors procéder par élimination en fonction de ce que nous ressentons émotionnellement devant chaque réponse sans réfléchir et surtout sans juger. Il ne faut pas craindre de nous tromper dans notre interprétation, cela fait partie du jeu et ce n'est pas grave.

Pour développer l'intuition, nous pouvons aussi nous amuser à deviner qui appelle au téléphone, qui va gagner la course, comment se termine le film, etc. Ces activités spontanées propices au développement de l'intuition exercent l'esprit à plonger dans l'imaginaire et à ne se référer à rien de logique ou de rationnel. Et plus nos réponses intuitives sont justes, plus nous augmentons notre confiance dans notre faculté.

Si nous ne sommes pas très à l'aise avec ces exercices, nous pouvons nous aider de techniques spécifiques d'écoute intérieure, comme la relaxation ou la visualisation.

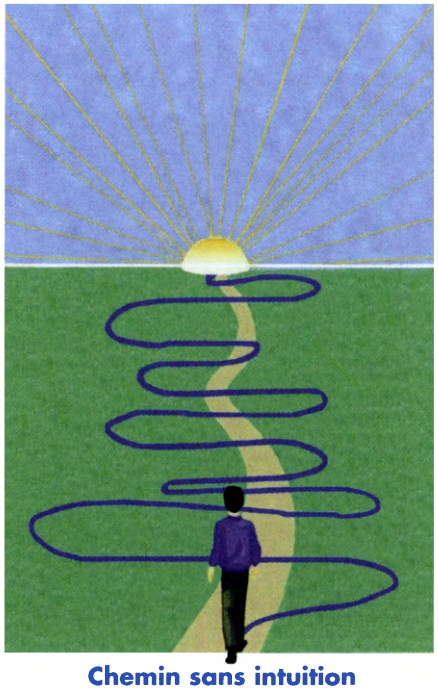
Nous nous exercerons à atteindre l'état de relaxation, soit le soir avant de s'endormir ou au contraire le matin dès le réveil. Le corps est au repos, la respiration plus lente, l'esprit moins traversé de pensées. Il est alors plus facile de laisser monter les sensations et d'être à l'écoute des messages de l'intuition.

En fait, chaque fois que nous nous posons une question, prenons le temps de fermer les yeux, de nous relaxer et de laisser venir, sans raisonner, les réponses que nous donne notre intuition. Notons les réponses. Ecrire met les idées au clair et permet de contrôler l'exactitude des messages reçus. C'est un exercice très utile car en notant toutes les réponses spontanément et en les datant, nous gardons une trace permettant de vérifier si elles étaient justes. Il ne faut tenir compte que des pensées immédiates. Ce qui caractérise le plus un message intuitif c'est, dans un premier temps, son instantanéité.

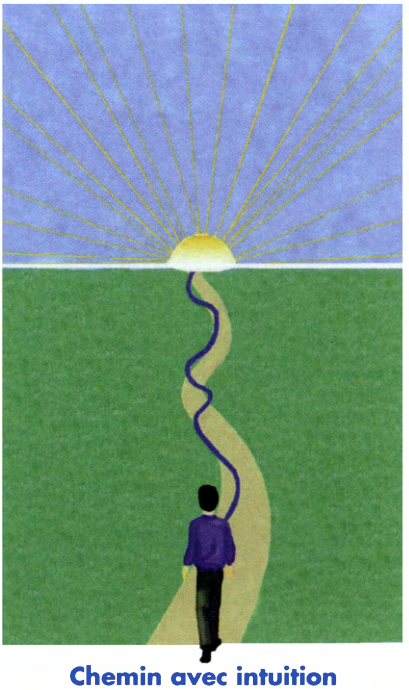
Dans un deuxième temps, nous le repérerons à ce qu'il nous donne une vue globale d'une situation. Nous pouvons en effet nous poser une question précise et obtenir une réponse qui nous donne une vue d'ensemble. Par exemple, à la question "Dois-je changer de travail ?" au lieu d'entendre "oui", nous pourrons recevoir, en plus de l'intuition, des images provenant de notre clairvoyance. Nous nous "verrons" par exemple dans un nouvel environnement, avec d'autres personnes ou dans une activité différente.

De plus nos autres facultés peuvent confirmer, comme dans l'exemple précédent, la réponse de notre intuition. Il est indispensable de garder un certain détachement, de lâcher prise avec le désir d'obtenir une réponse coûte que coûte : les réponses arrivent mais pas toujours au moment où on les attend.

Enfin, la peur, l'appréhension et une volonté trop soutenue bloquent la réception des messages; l'une des recettes du succès, ici comme en toute chose, est la confiance en soi et, bien sûr, en son intuition.



Chemin sans intuition



Chemin avec intuition

Accepter notre intuition naissante

Lorsque notre intuition sera confirmée, après l'avoir testée un certain nombre de fois, il nous faudra l'écouter, même si notre "logique cartésienne" nous oriente dans la direction opposée.

C'est souvent un peu plus tard que nous constaterons que le choix que nous avions fait en écoutant notre intuition était le meilleur, même s'il était impensable au moment de la prise de décision.

Témoignage

Un soir, alors que je faisais du karaté, j'ai ressenti intuitivement que je ne devais pas m'entraîner avec une personne de l'équipe.

Ne voulant pas en tenir compte, je me suis entraîné avec elle malgré l'avertissement intérieur.

Le résultat n'a pas manqué : cette personne ne maîtrisait rien et je me suis retrouvé quelques secondes plus tard avec un doigt de pied cassé.

Cela m'a permis de remettre les choses à leur juste place et après avoir ainsi mesuré la fiabilité de mon intuition, je la fais désormais toujours passer en premier, malgré mon désir de rester cartésien.

Comment développer notre intuition ?

L'intuition est un organe spirituel de réception d'informations qui nous permet de percevoir par nos canaux supérieurs les réalités physiques ou non physiques. Il est le propre du cerveau droit, c'est-à-dire du cerveau intuitif. C'est par lui que nous percevons le monde qui nous entoure de manière synthétique permettant une vision globale de l'ensemble.

Le ressenti de l'intuition se passe au niveau du cœur, ce n'est pas une affaire de mental, il s'agit de ressentir et non de réfléchir. Le mental n'y a pas sa place. Pour être intuitif, il faut être en état cérébral alpha. C'est la faculté la plus intéressante de notre vie, elle permet de guider les autres et de faire les choix avec subtilité. Cela s'appelle la guidance. Se servir de notre intuition c'est se mettre à la disposition de ses parties supérieures pour nous laisser guider par elles.

Ne pas l'écouter et faire l'inverse nous éloigne de notre intuition. Dans un premier temps, un certain moment se passe puis c'est comme si une porte se fermait derrière nous, nous laissant percevoir plus difficilement les messages de notre intuition. Dans un second temps, à force de s'obstiner à ne pas l'écouter, une seconde porte intérieure se ferme et à partir de cet instant-là, nous n'entendons plus aucun message provenant de notre intuition.

Pour réentendre les messages intuitifs nous devons faire le chemin inverse jusqu'à récupérer toute notre intuition. Elle nous protège, particulièrement en nous avertissant des dangers éventuels ainsi que des erreurs de trajet.

Quelles sont les conditions pour obtenir une meilleure intuition :

- maîtriser un minimum son mental
- être à l'écoute
- se faire confiance
- oser
- faire une introspection
- ne pas mentir
- chercher ce qui est vrai
- être présent intérieurement

L'intuition doit être testée pour devenir un moyen de discernement.

Les personnes qui possèdent déjà cette capacité ont pour la plupart réalisé un travail intérieur, car il s'agit d'une faculté qui s'insère naturellement dans un processus d'évolution personnel et spirituel.

L'intuition appartient aux personnes évoluées ayant acquis une certaine sensibilité.

C'est pour cela qu'il suffit de faire un minimum de travail sur soi, en commençant par un "état des lieux intérieur", c'est-à-dire de faire le ménage en nous-mêmes. Nous devons admettre notre véritable situation intérieure sans faux semblant, sans l'enjoliver et faire la lumière sur ce que nous sommes vraiment. Cela nous permettra d'acquérir un regard propre sur nous-mêmes et sur ce qui nous entoure.

Il est donc nécessaire de nous débarrasser de nos peurs, nos pensées négatives, nos préjugés, nos schémas de vie erronés et de tout ce qui trouble et fausse notre regard sur les choses.

Ce nettoyage intérieur effectué, nous aurons acquis une vision du cœur plus claire et plus objective sur les événements de notre vie ainsi que sur notre vision des autres.

Cet état de transparence intérieure est important car l'intuition ne peut se déployer si l'on garde en soi des zones d'ombre. Apprendre à faire la lumière en soi nous pousse à voir dorénavant les choses avec plus de vérité et d'authenticité, d'autant que cette faculté intuitive acquise nous permet de sentir si quelqu'un dit vrai ou non. Il nous est d'autant plus facile d'être dans le vrai que nous y prenons goût, nous vivons un état de légèreté intérieure où nous nous sentons bien et nous avons alors du mal à nous en passer ensuite.

Le lâcher prise auquel nous accédons par là-même nous aide à prendre du recul par rapport aux problèmes qui nous touchent. C'est en vivant en conscience dans le moment présent et en prenant les choses comme elles viennent, sans chercher à les anticiper, que nous serons réellement à l'écoute de notre partie supérieure, ce qui nous aidera à acquérir une paix intérieure, prémices de l'état alpha.

C'est souvent à ce stade du travail intérieur que notre "petite voix" apparaît soudainement dans notre vie, discrète et naturelle, sans que

nous l'ayons entendue venir. Ainsi quelqu'un qui n'a jamais été intuitif peut le devenir du jour au lendemain.

Il y aura au départ de l'ouverture de cette faculté un discernement à acquérir pour vérifier que les messages reçus sont exacts. Quand nous aurons réalisé plusieurs essais et aurons constaté que les résultats sont positifs, nous pourrons alors accorder notre confiance à notre intuition naissante.

Le fait d'avoir acquis cette faculté n'évite pas certaines erreurs. En effet, nous avons encore le réflexe d'écouter notre mental qui nous induit en erreur. Dans pareil cas, cela nous prouvera à quel point l'intuition est une aide importante lors de la prise de décision et nous pourrons ainsi constater que les personnes qui réussissent sont souvent très intuitives, qu'elles en soient conscientes ou non.

Les personnes intuitives fonctionnent principalement sur un état cérébral qui se nomme l'état alpha (rythme de nos ondes cérébrales de 7 à 12 hertz). Cet état est plus axé sur le cœur et particulièrement sur le ressenti intérieur. On atteint l'état alpha en mettant en avant ce que ressent notre cœur, laissant notre raisonnement de côté pendant ce processus.

Nous pouvons vivre presque en permanence en "mode intuitif", c'est-à-dire penser avec notre ressenti intérieur, tout en utilisant notre raisonnement dès que nous en avons besoin. Ces deux modes de pensée sont complémentaires.

Pour débuter, nous pouvons nous entraîner à discerner la manière dont nous nous sentons en présence de telle ou telle personne, ou à l'aide de photos. Il faut pour cela avoir le plus de qualificatifs possibles pour exprimer et préciser notre ressenti intérieur. Nous ne devons pas mettre d'étiquette sur la personne concernée au regard de ses acquis, de ses expériences ou de ses ressemblances avec des personnes connues. Cette faculté ne doit pas être utilisée pour juger les autres, mais plutôt pour nous aider à percevoir à qui nous avons affaire.

Il nous faut avoir la même attitude intérieure en allant dans un lieu, à savoir que nous devons ressentir si nous y sommes bien ou si nous ressentons un malaise, si quelque chose nous pousse à y rester ou à fuir et d'en définir le pourquoi. Essayons de repérer ce qui nous dérange dans ce lieu, repoussant ainsi les limites de notre nouvelle faculté. Tout cela dans le but d'acquérir une intuition encore plus affinée.

Le temps de réponse diminuera au fur et à mesure du développement de notre intuition jusqu'à obtenir les réponses de manière quasi-immédiate.

Nous sommes conscients que les informations qui nous parviennent arrivent par plusieurs canaux distincts, qui se confirmeront les uns les autres. C'est pour cette raison que nous ne devons pas nous bloquer sur l'arrivée de l'information par le canal uniquement intuitif, l'essentiel étant de recevoir le bon message, au bon moment et cela, quel que soit le canal utilisé.

Les différentes étapes de progression de notre intuition

L'intuition est la faculté spirituelle par excellence de l'être humain et particulièrement de la femme, c'est aussi notre faculté spirituelle la plus élevée. C'est une faculté en adéquation avec une élévation intérieure, ce qui n'est pas forcément le cas avec les autres facultés.

Par exemple, il y a des clairvoyants, des médiums, qui ont des visions ou des contacts avec l'invisible et qui ne sont pas forcément évolués au niveau intérieur. À l'inverse, la personne intuitive ne peut plus être superficielle car elle a atteint une certaine profondeur intérieure. De plus, elle ne supporte plus le mensonge.

C'est une faculté qui apparaît lorsque la personne a fait un travail intérieur de vérité, qu'elle en soit consciente ou pas.

Il existe plusieurs niveaux d'intuition qui s'affinent au fur et à mesure de notre évolution vers ce qui est plus subtil.

Le premier stade de l'intuition est de percevoir de temps en temps un mot, une phrase ou un ressenti intérieur qui nous donne une information vraie. Même si cela semble impossible, nous savons que l'information reçue est vraie car nous le ressentons fortement en nous, en dehors de nos cinq sens et nous pouvons vérifier ensuite que cette intuition était authentique.

Le deuxième stade permet de percevoir rapidement à qui nous avons affaire et de repérer si telle ou telle personne qui nous entoure est positive ou non pour nous.

Cela ne signifie pas que, bien qu'arrivés à ce stade, nous ne nous fassions plus piéger car nous demeurons des êtres humains, surtout au niveau affectif. Il arrive souvent, particulièrement dans ce cas, que nous ne soyons pas prêts à accepter telle information qui nous dérange et que nous ne voulions surtout pas voir ce que notre intuition nous communique.

Par contre, si nous ne sommes pas investis affectivement par rapport aux personnes que nous sommes amenés à fréquenter, nous éviterons de demeurer au contact de personnes malsaines.

Le troisième stade permet de percevoir le bon choix. Il arrive parfois que nous devions choisir telle ou telle alternative et que nous ne puissions pas faire autrement. Une partie de nous ressentira quelque chose qui nous fera dire : "Cela je ne le sens pas", sans que nous puissions justifier le pourquoi de ce ressenti pour autant. La réponse à cette intuition viendra plus tard et confirmera que même si nous ne connaissions pas le pourquoi de cette décision, nous ne pouvions pas être mieux guidés, bien que tout nous désavouait à cet instant là.

Le quatrième stade permet de ressentir l'état de ceux qui nous sont proches au niveau affectif. Nous ressentons ainsi intérieurement si un proche va bien.

Il nous suffit de demander si telle personne que nous aimons va bien pour en avoir une réponse timide, mais pourtant réelle.

Le cinquième stade permet de ressentir à distance l'état intérieur de personnes pour lesquelles nous n'avons pas d'affection particulière.

L'important dans tous ces cas est toujours de vérifier les informations reçues, afin de faire confiance à cette intuition nouvelle qui continuera à progresser plus finement.

Le sixième stade permet de ressentir des informations plus profondes telles que la mission spirituelle que la personne est venue accomplir sur Terre.

Le septième stade permet en ouvrant un livre et en regardant quelques mots d'en avoir le contact, puis en tournant les pages à grande vitesse d'en savoir plus ou moins le contenu (principalement pour des livres techniques), si celui-ci est bon ou pas pour nous, s'il peut nous apporter quelque chose.

Il est possible que ceux qui aiment les livres aient acquis ce stade sans pour autant avoir acquis le troisième, quatrième ou cinquième stade. Ceci grâce à notre ouverture intérieure qui fait grandir ce qui nous plaît en premier, particulièrement dans le domaine des facultés psychiques et spirituelles.

Pour ce qui est des stades suivants, il tient à chacun de les compléter avec d'autres types d'expériences intuitives.

Il est toujours nécessaire de se rappeler que dans ces domaines, l'humilité doit être présente. Nous sommes sur un chemin d'évolution et ce n'est pas parce que nous sommes plus avancés que d'autres que nous devons nous enorgueillir, il y aura toujours des personnes qui nous devanceront.

Qu'est-ce que le discernement ?

Le discernement, que l'on nomme aussi le discernement des esprits, permet de ressentir intérieurement où la personne se situe

intérieurement et spirituellement. C'est une faculté spécifiquement spirituelle.

Le discernement permet aussi de ressentir ce que l'on dit être le bien, le mal et le vrai avec plus d'acuité, même si toute information doit toujours être vérifiée et revérifiée.

Par cette faculté, nous pouvons repérer ce qui manque à une personne au niveau spirituel, même s'il s'agit d'une information particulière difficilement perceptible par clairvoyance, car trop lointaine.

Nous recevrons les informations par notre canal supérieur surtout si nous sommes avancés spirituellement. Nous capterons ainsi les informations spirituelles essentielles pour cette personne, même si elles semblent éloignées de la réalité physique.

Par exemple, si quelqu'un ment, comme cela s'est passé pour une personne proche qui me parlait et au beau milieu d'une phrase je lui dis d'un coup : "Là tu mens", elle m'a répondu immédiatement "Mais comment le sais-tu ?" reconnaissant qu'elle l'avait fait sciemment.

De la même façon, toutes les perceptions provenant de canaux divers se rejoignent pour ne faire qu'une information complète, formée de toutes les perceptions réunies, qu'il s'agisse des infos visuelles, auditives, intuitives, au niveau du ressenti du corps physique, de manière symbolique mais aussi à travers des signes qui nous sont envoyés par nos guides spirituels.

Comme nous l'avons déjà précisé, les informations perçues arrivent parfois par plusieurs facultés psychiques et spirituelles en même temps. Il ne faut pas s'en étonner mais il est nécessaire de ne pas en privilégier une aux dépens des autres sinon on peut constater que telle faculté croît aux dépens d'une autre.

Il faut savoir qu'une personne ayant acquis un niveau élevé d'intuition rejoint à un certain stade d'affinement de son intuition, le discernement de manière naturelle.

Comment percevoir la réalité subtile par clairvoyance ?

"Connaître, ce n'est point démontrer, ni expliquer. C'est accéder à la vision."

ANTOINE DE SAINT-EXUPÉRY

"La véritable vision est la capacité à voir l'invisible."

JONATHAN SWIFT

"Si les portes de la perception étaient décrassées, l'homme verrait chaque chose telle qu'elle est : infinie."

WILLIAM BLAKE

Qu'est-ce que la clairvoyance ?

La clairvoyance est la faculté de voir au-delà de notre vue physique, c'est-à-dire au-delà des distances, des obstacles, des plans subtils, que ce soit dans le passé, le présent ou le futur. Pour que notre clairvoyance s'épanouisse, il faut ouvrir notre 3ème œil (notre sixième chakra) situé entre nos sourcils, cela nous permettra de voir ce que nous désirons, en dehors du temps et de l'espace.

Elle permet aussi de percevoir les réalités plus subtiles que celles de notre plan terrestre. Par exemple, il peut s'agir de percevoir une personne sur un autre plan d'existence, de la même manière que si nous la voyons avec nos yeux physiques.

Que nous apporte la clairvoyance ?

> "La clairvoyance pénètre dans la structure intime des choses, en prolonge la perception comme on prolonge la vue du spectre dans l'infrarouge ou l'ultraviolet et révèle au chercheur des aperçus insoupçonnés pour lui."
>
> Eugène Caslant

Tout d'abord, cela transforme tout ; notre regard s'ouvre sur des potentialités nouvelles, il devient plus profond, n'acceptant plus aussi facilement les réalités superficielles.

La vision de la réalité n'est donc plus la même, elle acquiert une profondeur. C'est pour cette raison qu'il est nécessaire que le regard soit propre, exempt de parasitages, comme pour l'intuition. Ce nouveau regard nous transforme, même dans nos attitudes, au point que nous avons plus de mal à supporter ce qui est superficiel.

Les personnes qui ont vécu cette transformation sont souvent passées de l'aspect superficiel vers un aspect profond. Cet aspect n'est pas réversible, c'est-à-dire que nous ne pouvons pas passer d'un état de profondeur à un état superficiel. Par ailleurs, avec la clairvoyance, notre champ d'action s'étend à l'infini.

Quand notre faculté de clairvoyance est éveillée correctement, nous avons la faculté de voir sur notre écran intérieur ce que nous désirons.

Enfin, la clairvoyance apporte un meilleur contact avec les plans supérieurs, une liaison permanente avec les autres plans, la réception de messages de guidance, pour soi ou pour les autres.

Comment développer notre clairvoyance ?

Nous devons, pour l'éveiller, utiliser tous les moyens à notre disposition afin de réaliser le plus grand nombre d'exercices possibles, comme

s'il s'agissait de jeux. Commençons par de petits exercices que nous pourrons vérifier par nous-mêmes, entraînons nous d'abord dans notre environnement immédiat.

Ces exercices de stimulation ont pour but de pousser notre esprit à aller plus loin dans ses capacités et à les anticiper, afin qu'il nous fournisse d'autres informations plus subtiles que celles qu'il nous donne habituellement. Cela peut-être d'apprendre à percevoir les choses avant de les avoir en face de nous.

Etre vigilant lors de notre connexion en clairvoyance

Il est nécessaire, lorsque nous avançons vers l'ouverture de notre clairvoyance, de notre clairaudience ou de notre médiumnité, d'être bien conscient du moment où nous sortons de l'état de perception qui correspond à l'état alpha ou thêta, pour arriver dans l'état de la personne qui pense, correspondant à l'état cérébral béta.

Ce décrochement est important à repérer car sinon nous allons confondre ce qui est perçu de manière subtile avec ce qui est pensé par notre mental.

C'est ce qui produit un nombre incroyable d'erreurs chez les clairvoyants qui n'ont pas ressenti qu'ils n'étaient plus en "mode clairvoyance" ; ceci entraînant bien des désillusions chez les personnes qui ont reçu ces informations erronées.

De même, lorsqu'une personne ayant une bonne intuition va chez un clairvoyant parce qu'elle a besoin de certaines informations, elle peut repérer à quel moment le clairvoyant dit vrai et à quel moment il se trompe, percevant ainsi ses moments de déconnexion.

Quelques exemples d'exercices à réaliser

Avant que le 3ème œil s'ouvre, un sujet moyennement doué doit s'entraîner à faire un certain nombre d'exercices comme par exemple,

le fait de voir par clairvoyance le contenu et la couleur de flacons cachés contenant des liquides colorés, bien physiques ceux-là.

Percevoir le courrier reçu dans notre boîte aux lettres ou, s'il s'agit d'une carte postale, distinguer le paysage. Nous pouvons aussi essayer de percevoir qui l'a écrite, de quelle couleur est l'écriture et de quelle manière le courrier a été rédigé.

Lorsque nous recevons un appel téléphonique, avant de décrocher, essayons de voir qui nous appelle et le motif de son appel. Laissons ainsi une ou deux sonneries avant de décrocher, le temps de recevoir l'information.

Si nous sommes dans la rue, essayons de percevoir quel est le véhicule qui va arriver, sa couleur, s'il s'agit d'un conducteur ou d'une conductrice et s'il y a d'autres personnes à l'intérieur.

Si nous mangeons dans un self-service, essayons de voir par avance quels seront les plats affichés. Dans le cas où nous avons rendez-vous avec quelqu'un que nous ne connaissons pas, essayons de percevoir son visage, ses vêtements et de découvrir ses centres d'intérêt. Parmi les exercices de stimulation, il y a la psychométrie qui est une clairvoyance au contact d'un objet nous livrant son histoire.

Pour réaliser de telles expériences vérifiables, il faudra qu'un de nos amis, en qui nous avons confiance, nous remette un objet dont lui seul connaît l'histoire, ou une pierre qui a été ramassée à un endroit précis.

Il nous faudra ensuite prendre cet objet dans la main et le serrer dans notre paume pour bien nous en imprégner. Ensuite nous fermerons les yeux en attendant que des images apparaissent sur notre écran intérieur. N'hésitons pas à poser des questions telles que : "Je veux voir d'où vient cette pierre et qui l'a ramassée" ou "Qu'est-ce qui a été vécu par cet objet ? " En travaillant ainsi, nous découvrons la mémoire de l'objet qui nous a été confié.

Si nous faisons beaucoup d'erreurs au début, nous ne devons pas nous en étonner. Notre esprit n'a pas encore le réflexe de chercher une vérité, il préfère nous servir comme à son habitude quelque chose d'imaginaire. Cela signifie simplement que nous avons besoin d'un peu plus de stimulation pour que notre clairvoyance s'épanouisse, c'est pour cette raison qu'il ne faudra pas nous décourager.

Si nous voulons inculquer une nouvelle habitude à un enfant, il nous faut répéter la même chose un certain nombre de fois jusqu'à ce que nous obtenions ce que nous lui avons demandé.

C'est comme un réflexe que notre esprit n'a encore jamais eu consciemment. Il nous faudra donc le stimuler par toutes sortes d'exercices afin qu'il devienne tout simplement naturel. Le but étant d'obtenir une clairvoyance efficace, fonctionnant principalement quand nous le désirons et sur le sujet souhaité.

Nous sentirons à un certain moment notre troisième œil s'activer. Cela se manifestera de différentes façons, au début il se mettra à vibrer de lui-même. Cela nous surprendra peut être mais c'est une sensation que les personnes qui ont ouvert leur troisième œil n'avaient jamais eue auparavant.

Quel que soit ce que l'on appréhende, qu'il s'agisse d'un livre, d'une personne, d'un lieu ou d'un objet, apprenons à percevoir par clairvoyance ce qui est au-delà du visible.

Il est bon de rappeler que nous n'avons aucun devoir de réussite et que nous devons faire chaque exercice comme un jeu. Ainsi, si nous jouons au ballon avec un ami et que nous le faisons tomber, nous ne considérerons pas cela comme un échec, nous le reprendrons pour rejouer. Ce que nous entreprenons doit se faire dans la joie, ainsi les résultats ne tarderont pas à apparaître à condition de ne pas les empêcher par une attitude fermée.

La nécessité de faire confiance à notre clairvoyance

Il se peut que certaines personnes ne comprennent pas les informations que nous avons reçues pour elles.

Notre perception peut être symbolique. La vision symbolique contient souvent un message implicite pour lequel nous n'avons pas forcément l'explication. Il est nécessaire de bien interpréter une vision symbolique, car c'est en général au niveau de l'interprétation que nous risquons de nous tromper. Une bonne connexion garantira une bonne interprétation.

De plus, lors d'une clairvoyance, la personne concernée peut elle-aussi ne pas en saisir le sens aujourd'hui, mais elle le comprendra plus tard lorsque ce qui correspondait à notre perception arrivera.

Témoignage

Lors d'un cours, nous avions regardé en clairvoyance pour un élève et ami M. Jean-Michel V. s'il y avait des messages de ses guides à lui transmettre.

En insistant, j'ai reçu l'information qu'il fallait qu'il se méfie d'une femme de petite taille, aux cheveux roux et frisés.

Il me répondit immédiatement : " Non je ne connais personne qui corresponde à cette description ".

Le soir même, alors qu'il devait aller voir son fils chez son ex-femme, il s'aperçut que cette dernière, pour la première fois à sa connaissance, s'était fait friser les cheveux et les avait faits teindre en roux.

Il nous a raconté un peu plus tard sa surprise…

Il peut arriver que ce que nous percevons ne concerne pas le présent mais l'avenir d'une personne, qui pourra ou non se réaliser. En effet, il faut nous rappeler en cas de clairvoyance sur l'avenir que chacun

est avant tout un être libre et qu'il peut changer son avenir s'il le désire. Dès lors, ce que nous aurons vu en clairvoyance pour lui ne se concrétisera pas.

Appliquons-nous donc à toujours faire des clairvoyances "ouvertes", c'est-à-dire qui laissent la personne libre de ses choix. La clairvoyance ne doit pas laisser la personne dans une situation figée, ne lui laissant aucune alternative.

Témoignage

Un jour, j'ai reçu une communication téléphonique d'une dame, Mme C. Simone, me demandant si elle prenait une bonne décision en se faisant avorter, car son compagnon n'était pas d'accord.

Après avoir fait une clairvoyance et appelé de l'aide afin d'être guidé, je vis clairement Mme C. Simone heureuse avec un magnifique petit garçon blond, âgé de deux ans environ, aux yeux bleus.

J'ai vu qu'il serait pour elle source de joie, qu'il serait sa raison de vivre et aussi celui qui la comblerait. Je lui affirmais qu'il s'agissait d'un garçon et qu'elle ne regretterait pas si elle décidait de le garder, j'ajoutais qu'elle commettrait une grande erreur si elle se faisait avorter. Par contre, je lui précisai que malheureusement son compagnon la quitterait et je lui demandai pourquoi je le voyais à plusieurs reprises avec des habits de couleur jaune. Elle me répondit qu'il ne s'habillait jamais en jaune.

Beaucoup plus tard, alors que je classais mes papiers, je retrouve le chèque de cette femme, libellé en francs alors que nous venions de passer à l'euro.

Je l'appelai en m'excusant et lui demandai si elle se souvenait de moi.

Elle me répondit : "Et comment, vous avez été le seul à voir que j'attendais un garçon alors que tout le monde avait vu une fille", car elle avait vu un voyant qui lui avait dit qu'il s'agissait d'une fille et l'échographie avait confirmé cette information. Je lui demandais si elle regrettait de l'avoir gardé.

Elle me répondit : "Qu'est-ce que vous aviez raison, c'est vraiment le choix de ma vie." Tout en parlant au téléphone j'entendais le bébé gazouiller.

Cette scène me remplit de joie. La maman me confirma qu'il s'agissait d'un beau petit blond aux yeux bleus et que j'avais été le seul à le voir et à le décrire.

Elle ajouta que son compagnon l'avait laissée tomber et, comme je le lui avais prédis, il revenait de temps en temps.

Elle précisa qu'effectivement, il s'habillait actuellement tout le temps en jaune

La clairvoyance ne montre pas de choses malsaines

Les choses sont bien faites, car même les personnes clairvoyantes ne peuvent voir nos moments intimes.

Imaginez s'il n'en était pas ainsi, nous n'aurions pas d'endroit pour nous soustraire aux regards des personnes perverses. Nous avons des défenses psychologiques inconscientes qui empêchent à quiconque de voir ce que nous voulons absolument cacher.

C'est tellement vrai que dans les cas d'assassinat, de viol etc., lorsque la police fait appel à un clairvoyant, celui-ci ne verra la scène que si la victime voit son agresseur. Il verra le couteau qui se lève mais pas forcément le reste; la suite de la scène sera occultée. Le malfaisant ne voulant pas être vu, cache inconsciemment son méfait dans une aura protectrice.

Il est essentiel de se rappeler qu'en clairvoyance on ne voit jamais les scènes négatives d'un passé que l'on préfère oublier. Je connaissais une élève d'un certain âge pour laquelle la clairvoyance semblait bloquée.

Un jour, pendant un cours, j'ai reçu un message la concernant qui précisait de lui dire :"que l'on ne perçoit pas ce que l'on ne veut pas voir". Immédiatement sa clairvoyance s'ouvrit. Il ne lui manquait que cette information, car elle avait vécu des choses difficiles dans sa jeunesse et craignait de revoir ces scènes.

Témoignage

Raymond Réant nous avait raconté que la police avait pris contact avec lui suite à l'assassinat d'une personne pour laquelle elle n'avait aucun indice.

Raymond Réant précisa qu'il ne pouvait pas voir l'assassinat mais ce que l'assassin voyait.

C'est ce qu'il fit. Il a donc décrit qu'il était en train de regarder les toits parisiens à partir d'une fenêtre, il a ajouté qu'il voyait des travaux dans la rue et juste à côté une boulangerie.

Le préfet, suite à cette précision, a demandé qu'on lui signale toutes les rues où il y avait des travaux proches d'une boulangerie.

Quelques jours plus tard, grâce à cette description, ils ont arrêté l'assassin qui a reconnu les faits.

Une clairvoyance testée de manière inattendue

Témoignage

Une de mes élèves, Mme Béatrice B., nous avait raconté que son mari craignait qu'elle soit dans une secte. Pour dédramatiser, elle lui raconta les expériences que nous faisions en cours.

Après s'être absenté quelques instants, son mari est revenu avec une boîte opaque pour pellicules photo en lui demandant :"Que vois-tu à l'intérieur de cette boîte ?"

Elle lui répondit, surprise par cette interrogation : "Je vois des trombones." C'était bien des trombones. Immédiatement il sortit une boîte similaire qu'il avait préparée et lui demanda :"Et là, que vois-tu ? "Je ne vois rien, que du blanc." Il ouvrit la seconde boîte opaque et lui montra qu'il s'agissait en fait de farine, ce qui confirmait qu'elle avait bien vu.

Quelques mois plus tard, sa petite sœur qui devait accoucher ne savait ni le jour de la conception ni le sexe de l'enfant. Mme Béatrice B. entendit : "Ce sera tel jour (en précisant la date de l'accouchement) et ce sera une fille ! "

Elle nous a raconté ensuite qu'on la surnommait la voyante de la famille.

Est-ce nécessaire de connaître nos vies antérieures ?

> "Toutes les âmes ne se rappellent pas facilement les choses de l'autre monde. Seules quelques-unes en gardent un juste souvenir."
>
> PLATON

> "Si vous voulez savoir ce que vous étiez dans les vies antérieures, regardez ce que vous êtes actuellement ; si vous voulez savoir ce que vous deviendrez dans les vies futures, regardez ce que vous faites maintenant."
>
> PROVERBE TIBÉTAIN

Pour ce qui est de nos vies antérieures, il est toujours intéressant d'avoir des informations, ne serait-ce que pour comprendre notre comportement ou nos blocages actuels qui sont, en plus de l'expérience de cette vie, la conséquence de ce que nous avons vécu précédemment.

Toutefois cette recherche n'est pas une obligation, nous pouvons travailler sur nous puisque tout est en nous, par toutes sortes de techniques, sans être obligés d'aller chercher ces informations dans les vies antérieures.

Néanmoins, lorsque nous identifions que certains traumatismes sont liés à des vies précédentes, le simple fait d'en prendre conscience permet parfois à certaines phobies de disparaître, puisque l'origine en a été retrouvée.

En principe, la plupart de nos vies antérieures ont été des vies simples, que nous avons vécues en tant que paysan, ouvrier ou autre.

Il est rare d'avoir été quelqu'un de célèbre mais cela a pu être notre cas, il n'en demeure pas moins que nous devons rester humbles car dans le cas contraire, cette découverte peut devenir un obstacle pour notre vie spirituelle actuelle.

Comment percevoir la réalité subtile par clairaudience ?

"Que celui qui a des oreilles pour entendre, entende ! "

MATTHIEU ch. 13. 9

"Il faut que quelque chose se taise pour que quelque chose soit entendu."

EMMET FOX

"Ce qui se cache en toi et, bientôt, doit se dévoiler, tu ne saurais le trouver dans le choc sonore de tes pensées. Cela se trouve au centre de ton cœur ; cependant, tu ne peux encore entendre sa parole, car sa voix est ténue comme l'appel lointain d'un oiseau…
Prends garde à l'effaroucher.
Prête l'oreille au moindre son.
Tu peux très facilement ne pas entendre sa parole en toi, si tu ne sais, en toi, garder le silence !"

BÔ YIN RÂ,
Le livre du dieu vivant

Qu'est-ce que la clairaudience ?

La clairaudience est la faculté d'entendre de manière auditive les sons, les paroles, les messages, les musiques à distance pour ce qui est de notre plan terrestre ou de personnes décédées, d'êtres de lumière, de guides spirituels, ou autres provenant des plans subtils.

Que nous apporte la clairaudience ?

La clairaudience nous permet d'entendre les messages de notre guide spirituel ou de celui d'une personne qui nous le demande. Cette faculté peut nous permettre de nous ajuster plus finement sur ce qui nous est demandé et particulièrement sur notre mission spirituelle.

Elle nous permet d'avoir une petite porte ouverte permettant plus d'interaction avec les plans subtils et nous aide ainsi à avoir une plus grande complicité avec notre guide spirituel. Cette connexion nous permet de recevoir des avertissements verbaux pouvant nous éviter bien des désagréments.

Enfin elle nous offre la possibilité de percevoir des sons provenant de plans astraux où l'on joue de la musique. Nous avions ainsi réalisé l'expérience de nous "brancher" sur l'un de ces "plans de la musique" et plusieurs élèves musiciens avaient perçu une symphonie qui commençait avec exactement les mêmes notes.

Comment développer notre clairaudience ?

Pour cela, il est nécessaire d'être plus attentif au niveau de notre écoute. En agissant ainsi nous commençons à percevoir ce qui est au-delà de notre réalité habituelle. En effet, comme nous l'avons précisé pour les autres facultés : si nous ne sommes pas ouverts sur ce qui nous entoure dans le monde physique au niveau de notre écoute, comment pouvons-nous être ouverts au niveau de notre faculté de clairaudience ?

En premier lieu, il me paraît nécessaire d'augmenter l'écoute de ce qui nous entoure, de manière à ce que notre conscience s'y place avec plus de présence.

Il est intéressant de savoir que les personnes dont la première faculté à s'éveiller est la clairaudience, sont des personnes qui possèdent une grande capacité d'écoute ; c'est souvent le sens de l'ouïe qui les interpelle le plus.

Dans leur cas, il est normal que ce soit la clairaudience qui s'éveille avant la clairvoyance, alors que chez la plupart d'entre nous la clairvoyance est la première faculté spirituelle à s'ouvrir, puisque la vue est généralement le sens de perception principal.

En second lieu, il est nécessaire, si nous voulons bien percevoir ce qui nous est dit par clairaudience, de maîtriser au moins un peu notre mental car, comme nous l'avons déjà précisé, il parle à l'intérieur de notre tête "à voix haute", empêchant la petite voix de se faire entendre.

De plus, le travail sur le mental que nous devons réaliser est de baisser son volume et de diminuer le nombre de nos pensées, de manière à laisser notre clairaudience s'exprimer. Pour pouvoir capter des messages en clairaudience, dont le volume sonore est plus bas, nous devons avoir plus d'espace vide entre nos pensées pour entendre ce que nos guides spirituels, les êtres de lumière ou autres nous transmettent.

N'hésitons pas à nous adresser de préférence à notre guide spirituel en l'appelant télépathiquement, comme si nous l'interpellions à voix haute, mais cette fois-ci simplement en pensée, mais une pensée forte.

Lorsque nous sommes en clairaudience, nous ne devons poser qu'une question à la fois. Il faut que celle-ci soit précise et si possible d'ordre spirituel. De plus elle doit avoir un caractère important sous peine de déranger inutilement les êtres de lumière qui nous accompagnent.

Ce peut être par exemple : "Y a-t-il un message important pour moi ?" ou encore : "Sur quel point dois-je travailler pour progresser au niveau spirituel ?".

Ensuite, attendons que votre guide spirituel réponde, ce qui vous permettra pendant ce temps d'établir un contact plus étroit avec lui. Pour cela nous devons nous placer intérieurement dans un état d'écoute et être patient. Dans le cas où la réponse ne vient pas de suite, nous devrons encore stimuler notre clairaudience.

Il est possible que la réponse nous arrive par des signes qui se manifesteront à travers notre vie de tous les jours ; toutefois, même si ce n'est pas de la clairaudience à proprement parler, cela permettra de travailler notre attitude d'écoute à un niveau supérieur.

De notre côté, nous avons également la possibilité de demander un signe à nos guides spirituels pour avoir la confirmation que notre clairaudience est correcte.

Par ailleurs, il nous faudra, pour la développer, apprendre à différencier les pensées qui résultent de notre mental, de notre intuition ou de notre clairaudience.

Il est indispensable d'apprendre à discerner les messages qui proviennent des plans de lumière à travers la paix intérieure qu'ils procurent, des messages qui proviennent des plans inférieurs et pour lesquels nous ressentirons un trouble comme si quelque chose n'allait pas. En cas de doute, faisons confiance à notre intuition et rejetons tout simplement le message qui nous a troublé.

Il ne faut pas oublier qu'un peu de prudence sera toujours nécessaire vis-à-vis des êtres de l'autre plan. Il y a des entités négatives sur des plans inférieurs qui cherchent par tous les moyens à s'amuser à nos dépens, pouvant nous tromper par le biais de messages erronés.

Cette faculté nous accompagnera pour notre orientation spirituelle, ainsi que pour toutes nos décisions dans la vie.

Quelques exemples d'exercices à réaliser :

Lorsque nous nous promenons dans la nature, nous pouvons nous entraîner à entendre et à échanger avec les êtres de la nature. Pour cela il est nécessaire de "sortir des sentiers battus" et d'être seuls, car les élémentaux n'apprécient pas l'émanation des énergies humaines.

Par ailleurs, il est primordial de changer notre fréquence de perception avec le pouvoir de notre intention, en visualisant que nous changeons de fréquence de perception comme pour une radio pour capter d'autres types de perceptions auditives.

Il peut être judicieux de leur demander de nous signaler leur présence, ou mieux de nous apparaître, de manière à avoir confirmation de nos échanges et de nous aider à nous ouvrir à la nature à un autre niveau.

Nous pouvons aussi nous connecter avec les arbres et les écouter. Comme pour les êtres de la nature, nous devons changer de fréquence pour percevoir les paroles de nos amis les arbres. N'oublions pas de faire un échange avec eux en leur envoyant de l'amour, ils en sont très friands. Il nous est aussi possible d'écouter et d'entendre nos propres organes car ils ont une intelligence qui leur est propre comme tout ce qui existe.

Si nous nous mettons en contact avec ces parties de nous-mêmes, nous pourrions être surpris d'entendre des mécontentements et des blocages suite à nos excès.

Il nous faudra leur parler malgré cela avec amour de manière à nous réconcilier avec eux. Cela ne pourra qu'être bénéfique car nous ressentirons de façon beaucoup plus nette les besoins et les problèmes de notre corps. Ainsi nous serons avertis avant que ceux-ci ne s'aggravent.

Comment déplacer notre conscience dans nos chakras supérieurs ?

"Nous n'entendons pas le soleil se lever. Ainsi en est-il des grands moments de la vie humaine : ils viennent dans la quiétude. Ce n'est que dans cette tranquillité que peut venir la connaissance du Moi Supérieur."

PAUL BRUNTON

"Il y a un spectacle plus grand que la mer, c'est le ciel ; il y a un spectacle plus grand que le ciel, c'est l'intérieur de l'âme. "

VICTOR HUGO

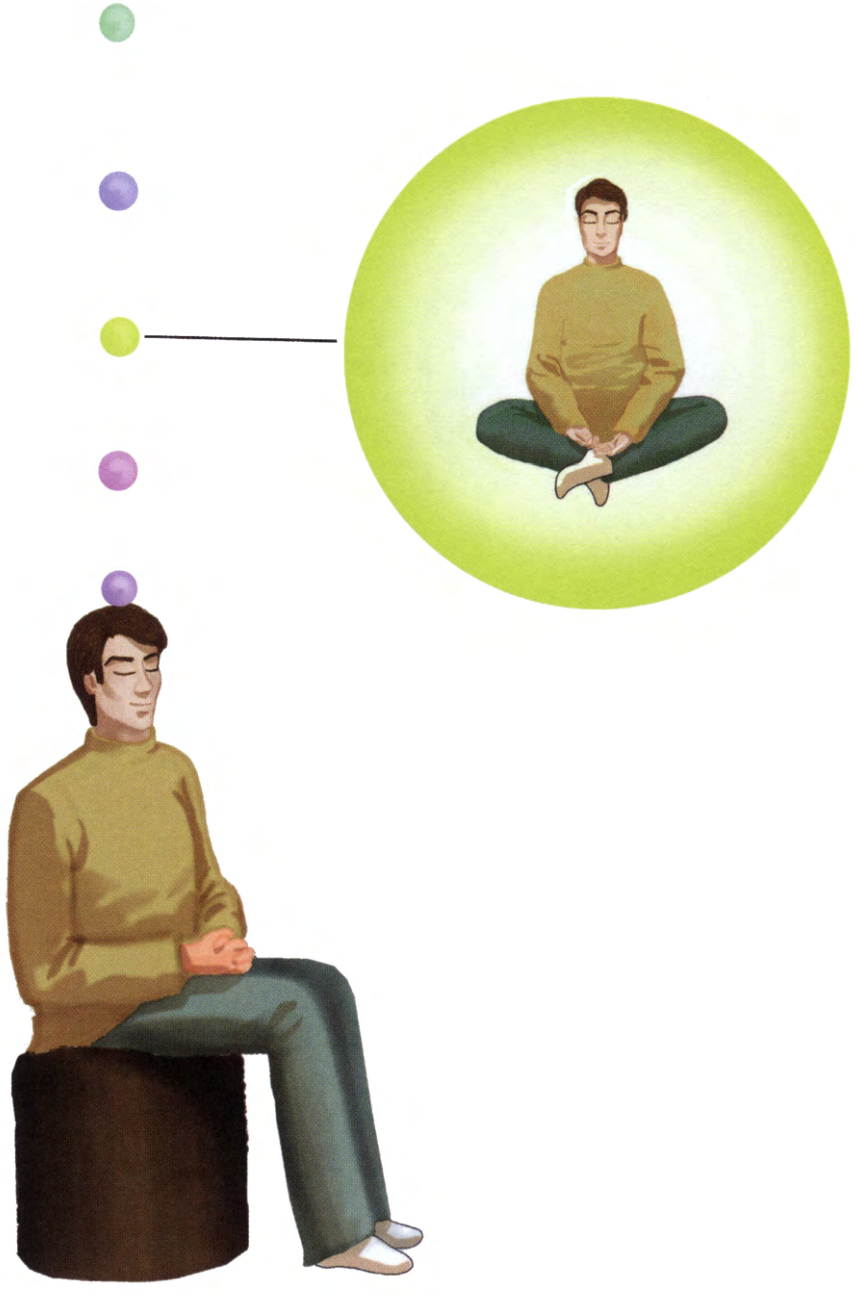
Pour déplacer notre conscience dans un chakra, il suffit d'en émettre l'intention et d'affirmer intérieurement et énergiquement : "J'y suis"pour être dans tel ou tel chakra suppérieur et pour que notre "partie supérieure" fasse le reste et que nous y soyons en conscience.

Ce qui est important ensuite est d'observer et de lâcher prise sur ce qui peut se présenter à nous.

Soyons rassurés, à ce niveau-là, il ne peut pas se produire de parasitage avec les plans inférieurs puisque nous sommes dans des chakras en contact avec nos parties spirituelles supérieures et avec les plans de lumière.

Par ailleurs, il arrive parfois à ces niveaux que des guides spirituels nous montrent certaines choses ou nous emmènent avec eux pour être formés.

Ces "lieux" peuvent être ainsi des points de rencontre avec les êtres de lumière.



Comment voyager avec notre corps causal pour accéder à d'autres niveaux d'information ?

"Sans le mystère et l'inconnu, l'âme humaine ne pourrait pas vivre heureuse."

ELINE PELINE

"Plus nous pénétrons dans l'inconnu, plus il nous semble immense et merveilleux."

CHARLES LINDBERGH

"Les expériences de sortie hors du corps sont le phénomène paranormal le plus répandu."

MELVIN MORSE

Il est nécessaire d'être prudents quant aux informations provenant des plans astraux et mentaux, car dans ces plans, nous retrouvons toutes les projections de pensées de notre inconscient collectif. Ce qui signifie que l'on y trouve aussi toutes les affabulations possibles. Il est donc préférable de nous déplacer dans le plan causal, qui est le plan des causes, pour limiter les erreurs possibles.

Pour sortir de notre corps physique avec notre corps causal, il est nécessaire de sortir à partir du chakra du cœur qui est placé entre les seins. Nous devons visualiser que nous ouvrons ce chakra, de la même façon que nous le ferions pour écarter les deux parties d'une veste.

Dès que nous avons ouvert le chakra du cœur, nous devons avoir l'angle de vue du corps causal et visualiser que nous sortons comme d'une combinaison de plongée.

Pendant cette sortie, il est préférable d'éviter de se déplacer à grande vitesse, mais plutôt de se déplacer par téléportation, en nous voyant directement à l'endroit précis que nous avons ciblé.

Le but de la sortie avec le corps causal est de percevoir les choses à partir du plan causal que nous rejoignons. Nous utilisons cette sortie afin d'avoir des informations plus fiables sur certains sujets sans être piégés par les pensées des gens qui ont été projetés sur ce plan. En faisant ainsi, nous réduisons notre marge d'erreurs.

Visiter les annales akhashiques

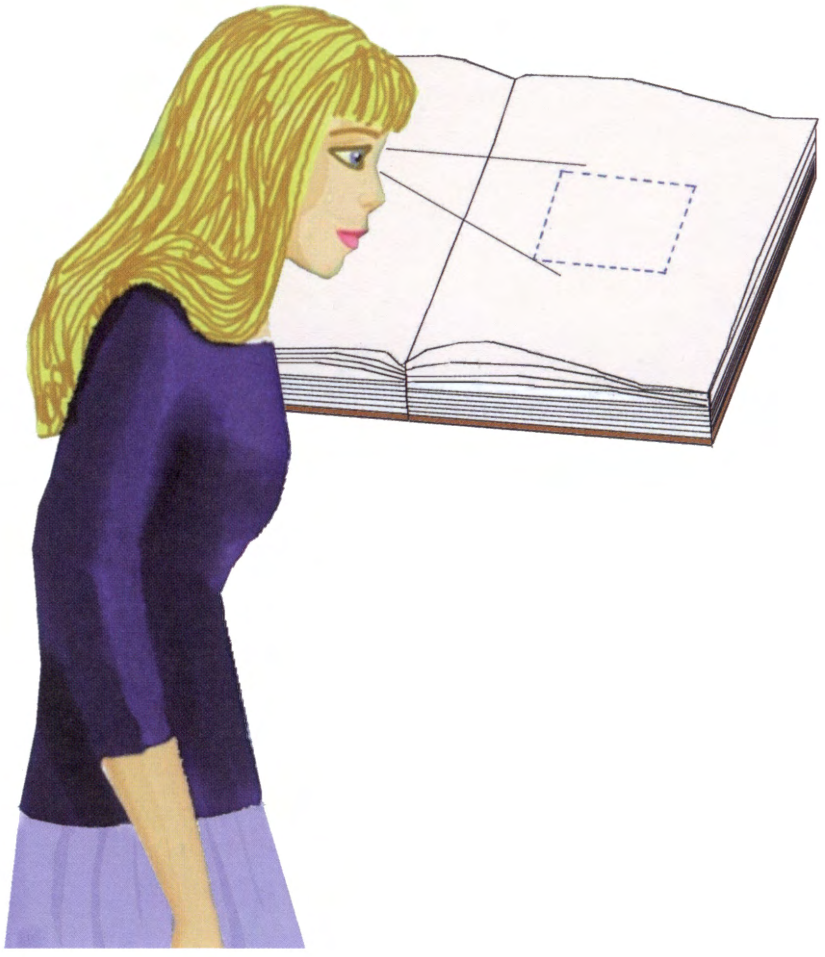
J'avais essayé en vain d'atteindre la bibliothèque ou annales akhashiques. En effet, malgré plusieurs tentatives, cela ne donnait pas les résultats attendus. Pour information, j'étais parti avec le corps astral qui est un corps trop dense. Le voyage fut particulier. Je passai par toutes sortes de boyaux et je ressentais de façon désagréable que je me sentais scanné pendant un temps qui me parut très long. J'appris plus tard que d'autres élèves avaient vécu la même expérience.

Tout cela pour arriver de manière inattendue à voir, de l'extérieur de la fenêtre de l'hôpital, mon père me tenant dans ses bras peu de temps après ma naissance.

Pour ce genre de voyage, il est préférable pour ne pas perdre trop de temps, de se projeter avec le corps causal plutôt qu'avec le corps astral.

La sortie causale est un moyen privilégié d'atteindre correctement ce que l'on nomme les annales akhashiques qui sont en fait la mémoire de l'univers. Elles apparaissent sur l'autre plan semblable à une bibliothèque.

Pour y arriver au niveau causal, il est préférable de se présenter devant la porte extérieure par respect pour un tel lieu. Des guides spirituels élevés ne tarderont pas à nous ouvrir puis à nous guider vers ce que nous désirons voir. Nous pouvons demander à visiter la bibliothèque elle-même.



Découvrir notre livre de vie

On peut aussi demander à consulter ce que l'on appelle notre livre de vie. Ce livre comporte toutes nos mémoires du passé de cette vie et des vies précédentes, ainsi que de notre futur, c'est-à-dire tous nos potentiels grâce à notre liberté de changer.

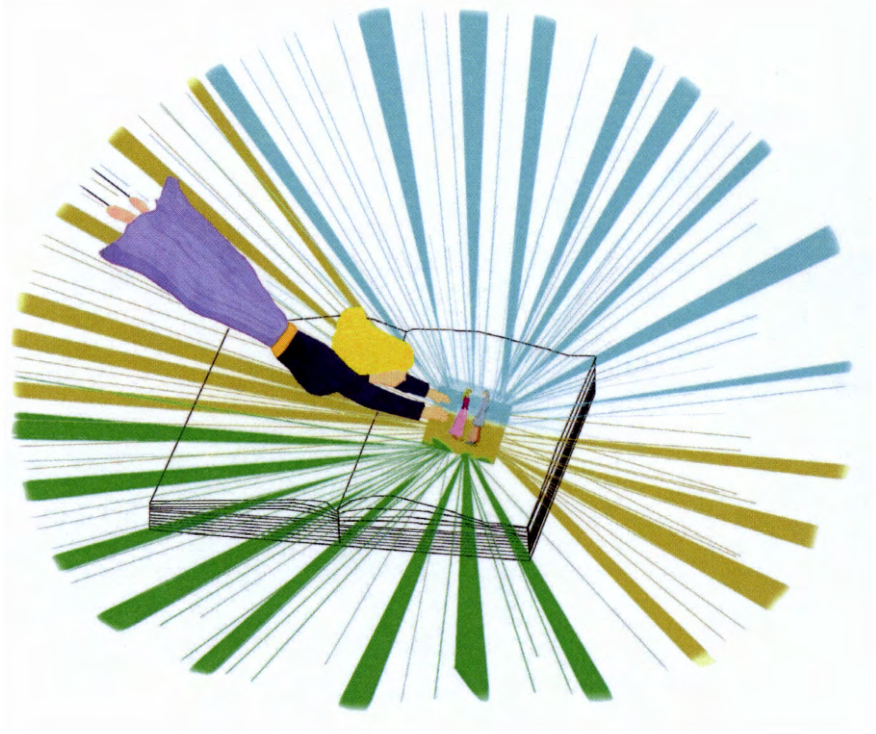
Il est toutefois préférable de demander au guide qui nous accueille de bien vouloir nous montrer les passages importants de nos vies précédentes, afin d'éviter des détails de vies antérieures insignifiants

que nous serions tentés de consulter. C'est l'expérience que je fis après avoir demandé à consulter seul, "comme un grand" mon propre livre de vie dans lequel étaient relatées toutes sortes de scènes qui n'avaient pas un grand intérêt.

Par exemple, j'étais présent il y a 2000 ans et suite à une chute, j'ai été écrasé par un troupeau de moutons. Ce genre d'information, amusante certes, n'apporte pas grand chose à ma recherche.

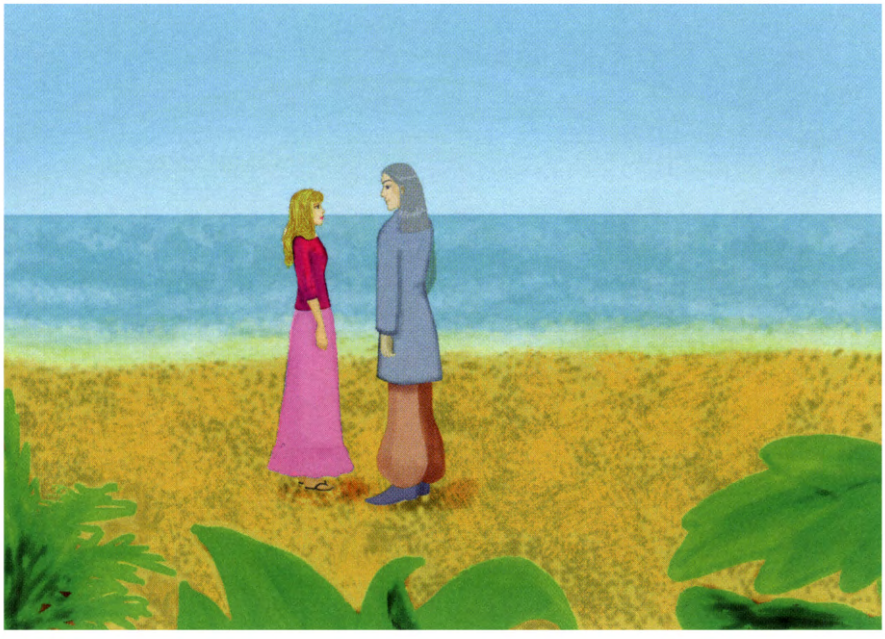
Je me suis vite rendu compte qu'il était préférable de demander au guide présent qu'il me montre les passages importants de mes vies précédentes, particulièrement ceux qui ont encore une influence dans cette vie.

Lorsque le livre est devant nous, nous constatons que les feuilles sont blanches. Nous devons alors regarder la page de droite pour voir arriver petit à petit un carré de couleur. En le fixant, une scène apparaît qui



nous donnera l'impression que le livre se déploie, mais en fait c'est l'inverse qui se produit, nous plongeons dans le livre.

Le résultat est que nous nous retrouvons dans une scène en 3 dimensions dans laquelle nous nous déplaçons. Une petite astuce est de regarder les chaussures que nous portons dans cette scène afin de déterminer l'époque où nous nous trouvions ainsi que nos vêtements et aussi si nous étions une femme, un homme ou un enfant.



Témoignage

La première fois que je visitai les annales akhashiques avec mon corps causal, j'arrivai devant la porte de la bibliothèque que l'on m'ouvrit, puis je demandai à voir les passages importants de mon livre de vie. ⇩

Je vis nettement que les pages étaient blanches. Comme cela se passe dans les plans subtils, je reçus l'information intérieurement que je devais attendre et me concentrer au centre de la page droite. Ce que je fis et je vis apparaître au centre de la page, comme par transparence, un carré de couleur d'environ 5 cm sur 5 cm. Il se transforma ensuite en une scène que je vis d'un coup sortir du livre pour m'intégrer dans cette scène. Ce basculement était surprenant de par la vitesse et par le fait de me retrouver dans un tout autre environnement.

En fait, j'ai compris plus tard que je me trompais car plusieurs élèves avancés avaient fait le même constat, ils plongeaient dans la scène qu'ils regardaient et non l'inverse (la scène venant à eux) comme je l'avais vécu.

Pour la première fois, je demandai que l'on me montre une scène importante. Je me suis donc retrouvé dans une pièce de couleur bleue, pas très éclairée ; sur un des côtés se trouvait un trône.

Il y avait au milieu comme un trou d'environ 3 m de diamètre qui semblait descendre à l'infini, dont les parois de toutes les couleurs étaient magnifiques.

Intérieurement j'ai ressenti qu'il s'agissait du début du processus d'incarnation du côté des plans subtils, au moins pour ce qui est de mon incarnation actuelle. Peut-être y en a-t-il d'autres comme celui-ci mais je l'ignore.

Le lendemain j'appelai une amie pour un autre sujet, puis me rappelant l'expérience que j'avais réalisée la veille, je lui racontais l'histoire de la chambre bleue.

À peine lui avais-je raconté mon expérience, elle me rétorqua que son initiateur au voyage astral, qui maintenant est décédé, lui parlait souvent de cette chambre bleue.

Je lui demandais donc :"À qui est le trône qui était vide ?" Elle me répondit : "À celui que l'on appelle l'archange du passage".

Nous voyons bien dans un tel cas que nous ne sommes pas les premiers à découvrir de tels lieux et que nous ne serons surtout pas les derniers. C'est pour cette raison qu'il faut toujours rester humble. Il y a aussi bien des gens qui investissent l'invisible même si nous ne sommes pas toujours au courant de ce qui s'y passe.

Ce qui est rassurant, c'est que cela montre au moins partiellement que l'expérience semble authentique. Il me paraît nécessaire de rester toujours axés sur la prudence, car nous ne sommes jamais à l'abri d'une erreur d'interprétation.

Certains élèves ont vu leur passé par le biais d'autres exercices et vu clairement cette chambre bleue avec ce canal coloré par lequel ils sont passés pour s'incarner.

Ces facultés peuvent nous aider de bien des manières

> "Tout le mystère du monde est dans notre esprit. Toutes les structures de notre esprit sont projetées à l'extérieur, sur le monde."
>
> EDGAR MORIN

> "L'homme a une double origine, l'une céleste, l'autre terrestre; l'une naturelle, l'autre, surnaturelle. L'homme accompli est la fusion de l'une et de l'autre dans sa conscience."
>
> KARLFRIED DÜRCKHEIM

Ces facultés, lorsqu'elles sont correctement utilisées, permettent de faire beaucoup de bien. Elles nous aident à voir, à entendre et à percevoir pour transmettre certaines informations qui peuvent être indispensables. Cela peut-être notre mission sur terre, comment recevoir des informations par le contact avec notre guide spirituel. De

même, nous recevons des informations par le canal de l'intuition qui peuvent nous guider dans nos choix de vie, et guider les autres aussi.

Témoignage

Avec plusieurs anciens élèves de Raymond Réant nous avions constitué une équipe qui dura de nombreuses années et dont faisait partie M. Claude L.

Le but était de travailler à distance et de venir en aide aux personnes qui vivaient des situations difficiles, certaines d'entre elles étant victimes d'empoisonnements psychiques et d'agissements occultes.

La sœur de M. Claude L. est allée consulter une voyante interloquée par ce qu'elle voyait : "Mais qu'est-ce qu'il fait votre frère ?" et elle ajouta : "Il fait un travail du feu de Dieu !"

En arrivant chez elle, elle lui demanda de lui raconter ce qu'il faisait et qu'elle ignorait réellement.

Nous pouvons remarquer dans ce témoignage que ce que nous faisons même discrètement pour aider les autres n'est pas perdu et peut être perçu dans les plans subtils par des personnes sensitives. De plus, lorsque nous faisons notre possible pour secourir les autres, les plans de lumière mettent toutes les aides possibles pour nous assister.

En développant ces facultés, nous voyons bien combien elles transforment nos vies et nous permettent de réaliser notre mission spirituelle à un niveau supérieur puisque nous sommes aimés, guidés et accompagnés sur notre chemin.

Fiches techniques

Réflexes indispensables avant d'agir sur une personne

1. Fermer sa coque psychique pour se protéger.
2. Demander aux êtres de Lumière l'autorisation que ce que nous allons faire soit permis ou dans le cas contraire que ce nous faisons soit annulé.
3. Leur demander qu'ils nous protègent nous et notre patient.
4. Se brancher aux plans de lumière en visualisant que nous étirons notre tête et notre thorax jusqu'à atteindre l'astral supérieur.
5. Demander à être guidé.

   Il est bon de rappeler que nous n'avons aucun devoir de réussite et que nous devons faire chaque exercice comme un jeu.

Rappel

Il arrive, lorsque nous enlevons une grande charge négative, que la personne concernée ne se sente pas bien. Pour remettre les choses en ordre, il est nécessaire de remplir le corps éthérique de matière éthérique, puis le corps astral de matière astrale. Ceci afin de combler le vide qui a été créé.

Nous visualiserons donc la matière éthérique de couleur noire remplissant le corps éthérique, puis la matière argentée remplissant le corps astral. Nous commencerons par les pieds en remontant vers la tête.

Nous remarquerons que lorsque ce vide sera comblé, la personne se sentira mieux.

Chapitre 1

Ressentir l'énergie - effet ballon page 15

1. Avec l'une de nos deux mains, effectuer un mouvement de va-et-vient d'une amplitude de 3 à 10 cm, comme avec un accordéon.
2. Ressentir les énergies sous forme de fourmillements, de vent, etc. Accepter ce ressenti, aussi minime soit-il.
3. Lorsque ce ressenti est acquis, nous écartons nos mains à 15 cm, jusqu'à atteindre l'écartement maximal de nos bras.
4. Dès qu'une main ressent avec le maximum d'écartement, nous pouvons passer à l'autre main.

Ressentir l'énergie spécifique de chaque matière page 15

1. Commencer par la vibration des matières physiques : ressentir à distance si l'énergie dégagée par un morceau de bois est froide, chaude ou tiède, si la sensation est agréable ou désagréable.

   Faire de même avec une pierre, du métal, du plastique, du verre, du carton, du tissu, etc.
2. Ressentir la spécificité énergétique des couleurs, le but étant de ressentir chaque couleur les yeux ouverts pour bien repérer le ressenti énergétique dans la main. Une fois que cette phase de repérage a été effectuée les yeux ouverts, essayons cette fois-ci les yeux fermés.

Ressentir l'aura page 16

1. Il s'agit de porter notre attention sur la fréquence vibratoire de notre aura ou de celle d'une autre personne.
2. Caresser l'aura avec nos mains. Nous constaterons à certains endroits que nous n'avons pas les mêmes ressentis, ni les mêmes perceptions.

Repérer les différentes manifestations de l'énergie page 17

Pour repérer une énergie, laissons les mains au-dessus de l'endroit à tester, puis attendons de percevoir cette énergie par le ressenti. Ne pas s'arrêter dès la première information, car d'autres perceptions plus subtiles peuvent apparaître dans un second temps

Nous pouvons percevoir l'énergie par ce type de ressentis :

- le picotement, la vibration, le vent, la chaleur, le tiède, le froid, le mouvement
- la densité, le vide (ou absence minimale d'énergie)
- la brûlure, le pincement, la piqûre

De plus nous devons repérer si la sensation est :

- agréable, désagréable, agressive, neutre

Nous poursuivrons ensuite les exercices pour augmenter notre éventail de ressentis en testant :

- l'énergie tellurique, cosmique
- l'aura d'un homme ou d'une femme
- l'aura d'un animal, d'une plante, d'un minéral, d'un objet
- l'énergie émise par un réseau Hartmann
- l'énergie émise par une rivière

- l'énergie émise par un puits énergétique
- l'énergie émise par des mémoires (rémanences)
- l'énergie féminine ou masculine
- l'énergie hybride dans le cas d'arbres qui sont mâles et femelles
- l'énergie d'une musique
- l'énergie d'une œuvre, qu'il s'agisse d'une peinture, d'une sculpture
- l'énergie d'un personnage historique
- l'énergie d'un défunt
- les présences d'un élémental de la nature
- l'épaisseur d'une protection psychique
- les différences de texture astrale (entre un parasite astral situé dans l'aura et l'énergie aurique)

Ressentir une présence à distance avec notre corps physique

page 19

1. Les yeux fermés, à ressentir l'emplacement exact de personnes. Puis leur identité énergétique, masculine ou féminine.
2. S'exercer de la même manière pour les personnes décédées.

Pour déployer notre ressenti tactile à un niveau supérieur

page 20

Le premier travail à réaliser est d'enlever ou de contourner toutes nos charges encombrantes.

Il peut s'agir d'obstacles ou de charges énergétiques situées dans nos corps subtils :

- les énergies stagnantes
- les charges émotionnelles
- les mémoires de vies antérieures
- les peurs
- les interdits (exemple : laisser exprimer sa sensibilité)
- les blocages du ressenti provenant d'un passé difficile
- le refus d'écouter notre ressenti par manque de confiance en soi
- les pensées parasites (problèmes de concentration)

Tester et utiliser nos mains astrales

page 28

1. Commencer par visualiser notre main s'étirant et entrant dans le sol jusqu'à la moitié de notre main astrale, l'autre moitié restant à l'extérieur du plancher.
2. Ressentir la texture du matériau traversé :

   Dans certains cas, nous aurons une sensation de froid mais aussi que notre main est immobilisée. Nos ressentis se répercutent immédiatement dans notre main physique.
3. Continuer à traverser le sol avec notre bras astral jusqu'au coude :

   Nous pouvons constater rapidement que notre avant-bras est comme tenu par ce qui compose le dessous du plancher.

Diminuer une cicatrice éthérique et sa contrepartie physique

page 30

1. Visualiser que notre main astrale sort de notre main physique pour enlever la mémoire éthérique de la cicatrice :

   Il est important que la main physique simule à l'extérieur ce que la main astrale fait dans un même temps au niveau du corps éthérique, celle-ci renvoyant dans le corps physique le ressenti du toucher astral.

2. Visualiser que notre main astrale entre à l'intérieur de la peau. La mémoire éthérique de la cicatrice ressemble, sur le plan subtil, à une petite languette ayant la taille et la profondeur de la cicatrice qui affecte le corps physique. Elle a la particularité d'être plus ou moins élastique.

3. Réaliser cet exercice lentement jusqu'à ce que la mémoire éthérique soit totalement enlevée. Ne pas la lâcher en agissant trop vite.

4. Les cicatrices sont souvent perçues comme électriques ou piquantes au niveau du ressenti. Il est nécessaire de renouveler l'opération jusqu'à la complète disparition de la cicatrice éthérique.

5. Lorsque la cicatrice éthérique est retirée, la personne sent immédiatement que l'énergie circule à nouveau à cet endroit précis. Les personnes présentes constaterons la cicatrice atténuée, voire disparue.

Colmater une fuite énergétique provenant d'une cicatrice page 31

1. Ressentir cette fuite en plaçant la main physique à environ 3 cm au-dessus de la cicatrice.
2. Demander de l'énergie éthérique à l'univers, paume de la main orientée vers le haut, remercier.
3. Etaler cette matière éthérique pour colmater la fuite.
4. Vérifier si la fuite s'est arrêtée et dans le cas contraire réitérer l'opération.

Projeter son corps astral à distance page 34

1. Protéger son corps physique avec la coque psychique.
2. Nous pouvons aussi protéger notre corps astral en l'entourant d'une coque psychique identique à celle du corps physique.
3. Au début, s'entraîner chez soi avant d'effectuer des sorties plus lointaines. Ne pas brûler trop vite les étapes.
4. Ressentir le poids de notre corps physique à un endroit précis où nous voulons être ; le corps astral y sera, au moment présent.
5. Après avoir débloqué le phénomène de sortie, notre corps astral peut partir sans que nous en ayons conscience.
6. Commencer par le domestiquer en lui apprenant ce que nous attendons de lui.
7. Se faire assister au début par une personne expérimentée.
8. Une sortie astrale permet de partir immédiatement si nous le désirons. Par contre le déplacement de conscience demande plus de temps.

Projeter un corps astral réduit et apprendre à bien se replacer dans son corps physique page 36

1. Nous pouvons nous-mêmes nous projeter jusqu'au niveau atomique. Cette expérience demande beaucoup d'énergie à l'expérimentateur. Pour réaliser cette expérience, il serait donc judicieux d'attendre l'été, période où l'énergie est la plus abondante.
2. Lorsque nous avons l'habitude de projeter notre corps astral, nous pouvons le réduire simplement en émettant cette intention.
3. Si nous avons des difficultés à nous réincorporer correctement après une sortie astrale, apprendre à se voir dans le corps astral que nous replaçons dans le corps physique.
4. A l'aide de la visualisation, replacer le corps astral jusqu'au bout des doigts dans sa contrepartie physique.

Envoyer des énergies adaptées à la fréquence de la personne page 45

1. Avoir foi en ce que nous faisons et ne pas douter.
2. Visualiser la personne à côté de nous.
3. Visualiser que nous lui enlevons les charges négatives qu'elle a, soit dans son aura, soit dans ses corps subtils (éthérique, mental, astral).
4. Demander à l'univers, l'énergie correspondant à la fréquence de la personne, en harmonie avec ce dont elle a besoin.
5. Si la personne que nous aidons est âgée ou déprimée, lui envoyer de l'énergie de couleur rose, plus douce que la lumière blanche.

Envoyer de l'amour aux personnes qui en ont besoin page 49

1. Rappelons-nous malgré tout de demander l'autorisation avant.
2. Emettre l'intention d'envoyer de l'amour.
3. Cela aura comme action d'agrandir le rayonnement énergétique de son aura et de la densifier en la nourrissant aussi au niveau du cœur.
4. Faire de même sur un organe malade ou déficient en envoyant de l'amour à l'esprit de cet organe ou à l'organe lui-même :
   - Faire partir l'amour de notre chakra du cœur.
   - Visualiser un beau rayon d'amour de couleur verte remplissant la personne sur laquelle nous agissons. Ce rayon peut également partir de nos mains ou encore de tout notre corps. Tout est une question d'intention.
5. En final, visualiser la personne remplie de joie.

Visualiser des curseurs pour améliorer ou transformer un état ou une situation quantifiable page 50

1. Visualiser la transformation ou l'amélioration souhaitée concernant un problème de santé, un état d'âme ou une situation.
2. Visualiser la personne qui va de mieux en mieux au fur et à mesure que nous montons le curseur jusqu'à l'état d'harmonie.
3. Visualiser la personne remplie de joie.

Envoyer un message à l'esprit d'un organe page 51

1. Pour stimuler un de nos organes physiques, lui envoyer l'énergie directement sans passer par son esprit, puis visualiser que l'organe fonctionne parfaitement.
2. En cas de demande de guérison d'un organe, s'adresser directement à l'esprit de cet organe, avec amour et respect.
3. Essayer par télépathie ou par clairaudience de percevoir ce que cet organe essaie de nous transmettre et d'échanger avec nous : souvent, il peut avoir besoin d'être compris et réconforté.
4. Visualiser que l'organe est guéri et fonctionne parfaitement.

Chapitre 3

La douche psychique
nettoyage de charges extérieures récentes page 92

1. Visualiser une douche de lumière arrosant nos corps physiques, éthériques et notre aura.
2. Visualiser que les charges négatives tombent sous forme de masses sombres au centre de la Terre.

Le gommage énergétique
nettoyage de charges extérieures anciennes situées sur le corps éthérique page 94

1. Protéger nos mains astrales en visualisant des gants astraux qui les recouvrent.
2. Se placer derrière la personne, en visualisant que nous entrons nos mains astrales à 3 cm environ sous sa peau.
3. Agir comme si nous enlevions un épais tissu, comparable à une robe de moine avec capuche en raclant la matière éthérique congestionnée au dessus de la poitrine, vers la tête, le long du dos puis jusqu'aux pieds.
4. Passer devant la personne puis continuer sur le devant du corps jusqu'aux pieds et terminer par les membres supérieurs.

5. Nous ressentons dans nos mains physiques, des charges énergétiques généralement piquantes.
6. Envoyer ensuite ces charges dans la lave au centre de la Terre.
7. Percevoir nettement l'état de propreté du corps physique après notre passage.

Utiliser nos mains astrales pour nettoyer nos corps subtils

page 97

1. Créer astralement un gant dans lequel nous placerons notre main astrale.
2. Gratter ensuite avec notre main astrale toute l'énergie congestionnée dans notre aura et nos corps subtils et si besoin, entrer à l'intérieur du corps physique.
3. Envoyer ces masses sombres au centre de la Terre.

Créer un tamis

page 98

L'important est d'avoir l'intention que toutes les négativités soient emportées avec le tamis.

1. Visualiser de la matière astrale sous la forme d'une plaque solide semblable à un tamis.
2. Placer le tamis au-dessus de notre tête, puis le faire descendre jusque sous nos pieds en passant à travers la totalité de notre corps physique et éthérique.
3. Enlever ainsi toute l'énergie négative congestionnée accrochée à l'intérieur de notre corps.
4. Envoyer ensuite le tamis avec les charges dans la lave au centre de la Terre.

5. Faire autant de passages que nécessaire.

   Malheureusement, les négativités ne s'enlèvent pas en une seule fois car nous les avons reçues à des moments différents et sur des fréquences différentes. Elles doivent donc être ôtées successivement, fréquence par fréquence.

Savoir retirer les pieux astraux situés dans nos chakras

page 99

1. Placer nos deux mains côte à côte, parallèles au sol, les paumes vers le bas.
2. Nos mains longent le corps de haut en bas en face de nos chakras.
3. Dès qu'elles butent sur quelque chose, enlever l'obstacle en fermant tout doucement les mains sur l'objet pour le saisir correctement. Le tirer en arrière pour l'enlever du corps de la personne, sans perdre la sensation de l'objet que nous tenons.
4. Ressentir de la chaleur ou des vibrations à l'endroit-même où se situait ce corps étranger.

   Poser ce corps étranger sur les mains de la personne pour laquelle nous effectuons ce travail pour qu'elle le ressente à son tour.
5. Le lancer par visualisation dans la lave au centre de la Terre.
6. Dans le cas où nous travaillons à distance, projeter notre main astrale pour enlever des pieux astraux.

Se protéger lors d'une conversation téléphonique page 103

1. Créer une coque psychique autour du téléphone.
2. Récupération de la négativité dans la coque. Cette négativité est souvent envoyée de façon inconsciente par la personne dépressive ou angoissée.
3. Restons vigilant et gardons-nous de ne pas faire d'empathie.
4. À la fin de la conversation, envoyer la coque dans la lave au centre de la Terre.

Créer un instrument astral permettant de parer les projections négatives : « Le leurre » page 105

1. Visualiser une plaque de 2 mètres de hauteur sur 1 mètre de largeur et d'une épaisseur de 20 centimètres.
2. Fixer sur cette plaque une représentation de notre corps physique en visualisant avec la force de notre intention que nous plaçons sur ce leurre un atome de chacun de nos chakras, lui donnant ainsi nos 7 fréquences énergétiques.
3. Relier la plaque et notre représentation aux plans de l'astral supérieur par 2 tubes que nous plaçons l'un sur la partie supérieure de la plaque et l'autre sur notre image.
4. Visualiser ces 2 tubes s'élevant jusqu'aux plans de l'astral supérieur où ils s'ouvriront, semblables à un entonnoir d'un diamètre d'un mètre environ.
5. Visualiser que l'ensemble du mécanisme ne forme qu'une seule pièce, incassable, invisible et imperceptible pour toute présence provenant des plans subtils.
6. Ordonner ensuite que des énergies et de la matière astrale descendent en quantité suffisante dans ces tubes pour que cet instrument se reconstitue à l'infini.

7. Placer le tout à une vingtaine de mètres de la personne malfaisante, la plaque formant comme un bouclier.
8. Pour terminer, visualiser des flammes brûlant les liens énergétiques entre nos atomes projetés sur le leurre et nous même, la négativité s'arrêtant à la plaque.

La double plaque de nettoyage : instrument astral pour nettoyer les charges subtiles page 106

Processus de création du mécanisme :

1. Créer dans l'astral une double plaque de nettoyage de 2 mètres de hauteur sur 1 mètre de largeur et 20 centimètres d'épaisseur environ.
2. Visualiser, pendant 5 minutes, de l'énergie venant de tout l'univers qui remplit les deux plaques.
3. Placer un tube reliant les deux plaques qui se termine par un autre tube qui rejoint l'astral supérieur en s'ouvrant sous forme d'entonnoir.
4. Visualiser que ce mécanisme ne forme qu'une seule pièce, incassable, invisible et imperceptible pour toute présence provenant des plans subtils afin que cet ensemble soit exempt de parasitage.
5. Puis ordonner que des énergies et de la matière astrale descendent en quantité suffisante dans le tube pour que cet instrument se reconstitue à l'infini.
6. Placer cet instrument dans l'espace et l'appeler en cas de besoin.

Fonctionnement :

- Donner ordre aux énergies qui se trouvent dans les plaques d'attirer toutes les négativités situées sur la personne placée entre les deux plaques. Ces plaques tourneront sur elles-mêmes de manière à se charger des négativités sur les deux faces.
- Décharger ces plaques par visualisation à distance, en envoyant la négativité à une dizaine de mètres sous terre, et s'il y a des défunts, les envoyer plus loin.

Se sortir d'un empoisonnement psychique page 108

1. Visualiser une énergie purificatrice sous forme d'une flamme.
2. Donner l'ordre à cette énergie de purifier tout ce qui porte notre signature énergétique.
3. Visualiser qu'elle suit et brûle tous les liens énergétiques négatifs en contact avec ce qui nous est proche.
4. Faire remonter cette flamme jusqu'au support qui a servi à nous atteindre.
5. Brûler notre empreinte énergétique sur le support, de manière à ne plus pouvoir être atteint.
6. Se représenter tout ce qui est négatif sous forme d'un liquide noir qui tombe dans le centre de la Terre.

Utiliser les tubes astraux pour vider les charges émotionnelles de nos chakras page 113

1. Placer des tubes astraux dans les chakras.
2. Visualiser que les énergies viciées sortent comme des geysers dans les tubes correspondants :

   Pour ressentir ces énergies, placer notre main, paume vers le haut, sous un des tubes.

   Sentir le flux d'énergie qui sort du chakra.
3. Se rappeler que les chakras, du numéro 2 au numéro 6, sont doubles. Placer un tube de chaque côté pour que l'aspiration des énergies négatives se fasse des deux côtés.
4. Les tubes se transforment en sacs qui récupèrent les charges.
5. Dès le lendemain, ôter les tubes, les fermer puis les envoyer dans la lave.

   Ne pas dépasser 24 heures.

   Dans le cas où nous sortons de notre corps astralement, nous les enlèverons à distance.

   Il est très important de ne pas en oublier, sinon la personne risque d'être fatiguée.

Nettoyer les chakras d'une personne avec notre corps astral réduit page 119

1. Ressentir les vibrations de notre corps physique. Ce ressenti nous servira de témoin.
2. Envoyer notre corps astral, réduit à la taille d'un demi centimètre, à l'intérieur du chakra à nettoyer.
3. À l'intérieur, visualiser que nos mains astrales s'étirent pour attraper les charges négatives qui s'y trouvent.

4. Revenir dans notre corps physique en ramenant les charges dans nos mains physiques.
5. Jeter ces charges dans un grand tube, le fermer et l'envoyer dans le centre de la Terre.

Se libérer des liens karmiques avec nos ancêtres page 140

Se souvenir qu'il s'agit de liens karmiques donc, ne s'effacera que ce qui doit l'être.

1. Se visualiser en conscience dans un lieu impersonnel de couleur blanche correspondant à un plan subtil.
2. Appeler télépathiquement tous ceux qui composent notre généalogie biologique en imaginant que nous les appelons à haute voix, mais cette fois-ci par une pensée consciente, forte et avec respect.
3. Imaginer qu'ils sont devant nous.
4. Manifester notre reconnaissance pour tout ce qu'ils nous ont apporté, leur demander d'accepter de nous libérer du karma collectif familial qui ne nous concerne plus.
5. Visualiser de manière symbolique que nous coupons les liens partant de nous-mêmes et allant vers eux.

Faire apparaître les charges négatives dans nos corps subtils page 141

1. Ressentir nos énergies au début de l'expérience.
2. Affirmer notre signature personnelle qu'est notre ADN :

   Pour cela nous devons imaginer que nous partons du centre de notre être correspondant à l'axe vertical de notre colonne vertébrale et de nos chakras.
3. Ecarter les mains lentement, consciemment, en visualisant que nous écartons notre zone d'ADN :

Commencer devant le chakra du cœur en écartant nos bras sur les côtés puis faire le même geste devant et derrière.

4. Lorsque notre signature énergétique est affirmée, demander avec une intention ferme que les charges négatives apparaissent, afin de les ressentir fortement.

5. Enlever les charges avec le tamis, puis les envoyer au centre de la Terre.

   Il faudra renouveler cette opération plusieurs fois, jusqu'à ce que nous nous sentions mieux.

Repérer si notre corps astral est décalé et le replacer page 144

1. S'il est juste un peu décalé, l'attraper avec nos mains physiques et le replacer à sa place dans le corps physique, jusqu'au bout des doigts de mains et de pieds.

2. Dans le cas où il est plus éloigné, visualiser que nous le rejoignons là où il est et que nous redescendons avec lui jusqu'à nous remboîter parfaitement dans notre corps physique.

Enlever les masses énergétiques qui empêchent le corps astral de se replacer correctement page 146

1. Pour sentir la masse énergétique qui bloque notre corps astral, placer nos deux mains écartées, paumes tournées vers le sol, en règle générale, à hauteur des mollets.

2. Agripper la masse de chaque côté des jambes pour l'écarter et la déchirer en son milieu comme nous le ferions avec de la pâte à modeler.

3. Si nous sommes debout, écarter la masse d'énergie stagnante et faire un grand pas sur le côté, à l'extérieur de cette masse. L'envoyer ensuite au centre de la Terre.
4. Visualiser ensuite que nous replaçons correctement notre corps astral dans notre corps physique.

Enlever le reste de karma négatif imprégné dans nos corps subtils

page 148

1. En premier lieu, méditer sur le fait que les interdits et autres obstacles n'ont plus de raison d'être.
2. Visualiser que tous nos corps subtils sont devant nous (l'éthérique, l'astral, le mental, le causal) pour affirmer et imprimer l'information fortement par la pensée :

   "Tout nous est désormais possible, et cela, à partir de maintenant."
3. Visualiser que tous nos corps subtils se replacent correctement.

Utiliser nos mains astrales pour enlever les parasites

page 153

1. Créer des gants astraux autour de nos mains physiques.
2. Attraper le parasite et le détruire aussitôt en visualisant qu'il explose en particules de lumière.
3. Dans le cas où les parasites sont situés à l'intérieur du corps, adapter nos mains astrales par visualisation, leur donnant la forme d'un racloir.
4. Enfermer l'intrus dans une coque et l'envoyer au centre de la Terre.

Créer un tourbillon pour enlever les parasites astraux page 160

1. Visualiser un tourbillon à force centrifuge de 5 cm de diamètre.
2. Le faire descendre à partir du dessus de notre tête puis traversant notre corps à la verticale jusqu'à quelques centimètres au dessous de nos pieds.
3. Dès qu'il arrive au niveau de nos pieds, le voir s'élargir au point de dépasser notre aura, repoussant vers l'extérieur tout élément étranger qui s'accroche.
4. Visualiser que tous les parasites qui ont été expédiés à l'extérieur de notre aura explosent en particules de lumière.

Repérer et enlever la présence d'un défunt dans l'aura ou dans le corps physique page 166

En règle générale, le défunt se place à l'avant ou à l'arrière de nos chakras, aspirant ainsi leurs énergies même s'il n'en a pas conscience.

1. Avancer nos mains et palper le vide autour de nous jusqu'à la limite de notre aura. Il faut avoir la ferme intention de ressentir la présence avec nos mains.
2. Si nous sentons une résistance, que les contours de cette entité ont une forme humaine, il est probable qu'il s'agisse d'un défunt. L'attraper par les épaules puis lui expliquer qu'il n'a rien à faire dans notre aura.
3. L'enfermer dans une coque et l'envoyer à plusieurs centaines de mètres.
4. Ouvrir ensuite la coque à distance et le libérer.
5. S'adresser télépathiquement au défunt, comme s'il était devant nous et lui dire qu'il doit lui-même appeler les anges dans une démarche de cœur afin qu'ils viennent le chercher pour l'aider à monter dans le plan qui lui correspond.

Technique de la porte ou tamis pour repousser le défunt d'un corps physique page 166

1. Créer une porte qui fera office de tamis.
2. Cette porte traversera notre corps physique et notre aura, avec l'intention bien ciblée de repousser les intrus.
3. Transformer cette porte en une coque qui enfermera provisoirement le ou les présences de manière à ce qu'elles ne reviennent pas sur leur victime.
4. Au moyen de notre bras astral, envoyer cette coque à plusieurs centaines de mètres.
5. Ouvrir la coque à distance pour libérer les défunts.
6. Leur demander d'appeler les anges.

Aider un défunt à monter vers la lumière page 168

1. Lui expliquer avec douceur et patience qu'il a quitté son corps physique et que sa vie est désormais ailleurs.

   Lui faire comprendre que sa place est sur l'autre plan, avec ceux qui l'aiment et l'attendent et qu'il y sera plus heureux.
2. Lui demander de s'adresser à son ange gardien, son guide spirituel, le Christ, la Vierge ou les êtres de lumière qui lui sont proches. Sa demande doit vraiment provenir du cœur.
3. Si nous savons sortir avec notre corps astral, nous pouvons le faire monter avec son accord vers les plans de lumière jusqu'à ce lieu que l'on appelle l'ovale de lumière.
4. Appeler télépathiquement sa famille spirituelle et ses proches qui sont sur place afin qu'il soit accueilli par les siens.

Nettoyer notre habitation de présences subtiles page 168

1. Créer un mur astral qui se régénère avec de l'énergie et de la matière astrale.
2. Visualiser que ce mur traverse la maison, entraînant les entités.
3. Dans le cas d'un appartement, partir de l'intérieur vers l'extérieur sans gêner les voisins.
4. Placer les entités dans une coque, les envoyer au loin pour qu'elles ne réinvestissent pas le lieu.
5. Leur envoyer l'information d'appeler les anges.

Nettoyer notre lit des charges énergétiques que nous y déposons page 170

1. Utiliser la même méthode que pour l'exercice précédent mais avec, comme but spécifique, d'enlever les charges qui se trouvent dans notre lit.
2. Enfermer ces charges dans un grand sac astral, que nous enverrons au centre de la Terre.

Agir sur les aspects négatifs de notre mental page 176

1. Se concentrer sur le ressenti de notre respiration
2. Placer notre conscience au niveau d'une de nos narines afin de ressentir le passage de l'air à cet endroit.
3. Notre corps doit être à l'écoute de notre ressenti lorsque l'air passe à l'inspiration puis à l'expiration et cela sans aucun mot, ni aucune image dans notre tête.
4. Lorsque nous aurons atteint la stabilité de notre pensée, approfondir notre maîtrise mentale en nous concentrant sur le vide mental.

Travail sur la maîtrise du mental page 177

1. Se chronométrer.
2. Fermer les yeux.
3. Dès qu'une pensée nous arrive, regarder le temps que nous avons passé sans qu'aucune n'apparaisse.
4. Pour réussir cet exercice, multiplier par 3 ce temps de vide mental.

Chapitre 5

Exercices à réaliser pour améliorer notre clairvoyance page 269

1. Percevoir le courrier reçu dans notre boîte aux lettres ou s'il s'agit d'une carte postale, en distinguer le paysage.
2. Essayer de percevoir qui a écrit un courrier, de quelle couleur est l'écriture et de quelle manière il a été rédigé.
3. Lorsque nous recevons un appel téléphonique, avant de décrocher, essayer de deviner qui nous appelle et le motif de son appel.
4. Si nous sommes dans la rue, essayons de percevoir le véhicule qui va arriver, sa couleur, s'il s'agit d'un conducteur ou d'une conductrice et s'il y a d'autres personnes à l'intérieur.
5. Si nous mangeons dans un self-service, essayons de voir par avance quels seront les plats affichés.
6. Dans le cas où nous avons rendez-vous avec quelqu'un que nous ne connaissons pas, essayons d'imaginer son visage, ses vêtements et de découvrir ses centres d'intérêt.
7. Travailler la psychométrie qui est une clairvoyance au contact d'un objet nous livrant son histoire.
8. Qu'il s'agisse d'un livre, d'une personne, d'un lieu ou d'un objet, apprendre à percevoir par clairvoyance ce qui est au-delà du visible.

Il est bon de rappeler que nous n'avons aucun devoir de réussite et que nous devons faire chaque exercice comme un jeu.

Exercices à réaliser pour améliorer notre clairaudience

page 280

1. Apprendre à changer notre fréquence de perception avec le pouvoir de notre intention.
2. Lorsque nous nous promenons dans la nature, entraînons-nous à entendre les êtres de la nature et à échanger avec eux ; leur demander de nous signaler leur présence ou mieux, de nous apparaître.
3. Se connecter avec les arbres et les écouter, ne pas oublier de faire un échange avec eux en leur envoyant de l'amour.
4. Ecouter et entendre nos organes, ils ont une intelligence qui leur est propre.

   Ne pas être surpris d'entendre des mécontentements et des blocages suite à nos excès.

   Leur parler malgré cela avec amour de manière à nous réconcilier avec eux.

Aller voir son guide

page 281

1. Appeler notre guide spirituel télépathiquement, comme si nous l'interpellions à voix haute, mais cette fois-ci, simplement en pensée.
2. Ne poser qu'une question à la fois. Il faut que celle-ci soit précise et si possible d'ordre spirituel.
3. Attendre que le guide réponde. Dans le cas où la réponse ne vient pas de suite, réitérer notre demande.
4. Etre vigilant par rapport aux signes qui se manifesteront dans notre vie de tous les jours. La réponse y est peut-être cachée

5. Apprendre à discerner les messages qui proviennent des plans de lumière à travers la paix intérieure qu'ils procurent. Les messages qui proviennent des plans inférieurs nous mettent dans un état de trouble
6. Remercier le guide de lumière

Déplacer notre conscience dans nos chakras supérieurs page 285

1. Emettre l'intention d'une manière ferme en affirmant intérieurement et énergiquement : « J'y suis » en se visualisant dans le chakra choisi.
2. Observer et lâcher prise sur ce qui peut se présenter à nous :

   Pas de parasitage possible avec les plans inférieurs puisque ces chakras sont en contact avec nos parties spirituelles supérieures et avec les plans de lumière.

   Des guides spirituels peuvent se manifester pour nous montrer certaines choses ou nous emmener avec eux pour être formés.

   Ces « lieux » peuvent être des points de rencontre avec les êtres de lumière.

Voyager avec notre corps causal pour accéder à d'autres niveaux d'information page 287

1. Visualiser que nous ouvrons notre chakra du cœur.
2. Visualiser que nous sortons de ce chakra avec notre corps causal.
3. Se déplacer avec ce corps spécifique par téléportation, en nous voyant directement à l'endroit précis que nous avons ciblé.

Visiter les annales akhashiques et découvrir notre livre de vie

page 289

1. Se projeter avec le corps causal directement là où se trouvent les annales akhashiques.
2. Se présenter devant la porte extérieure par respect pour un tel lieu.
3. Des guides spirituels élevés ne tarderont pas à nous ouvrir puis à nous guider vers ce que nous désirons voir.
4. Nous pouvons demander à visiter la bibliothèque elle-même ou à aller voir notre livre de vie.
5. Demander au guide qui nous accueille de bien vouloir nous montrer notre livre de vie.
6. Lorsque le livre est devant nous, regarder la page de droite et voir apparaître un carré de couleur.
7. En fixant ce carré, une scène apparaît qui vous donnera l'impression que le livre se déploie, mais en fait, nous plongeons dans le livre :

   Nous nous retrouvons dans une scène en 3 dimensions dans laquelle nous nous déplaçons.
8. Regarder les chaussures et les vêtements. que nous portons dans cette scène afin de déterminer l'époque où nous nous trouvions et savoir si nous étions une femme, un homme ou un enfant.

Conclusion

> "Ce qui est infini, cela seul est le bonheur. Il n'y a pas de bonheur dans le fini."
>
> SWAMI PRAJÑANPAD

> "Cet amour chaleureux, ce sentiment de joie et ce regain de conscience étaient si différents de tout ce que j'avais connu auparavant ; je ne sais pas comment décrire cela autrement qu'en comparant la vie que j'avais connue jusqu'ici au sommeil, alors que ce que je vivais là paraissait être l'éveil. Cela semblait être ce qui était véritablement réel."
>
> KEN R. VINCENT
> Visions divines

Tout grandissement est une ouverture, une évolution vers quelque chose de plus subtil, plus profond et plus vrai.

En éveillant nos potentiels psychiques et spirituels, nous recevrons, dès cette vie, tous ces "dons" que, selon la tradition, nous ne sommes censés recevoir qu'après notre passage dans l'au-delà.

Si nous faisons le nécessaire, nous pouvons en bénéficier dès maintenant, nous permettant de vivre une vie meilleure, axée sur l'esprit et ses immenses capacités.

Il nous est alors offert l'opportunité de réaliser dès maintenant ce qui était prévu pour nous plus tard et vivre donc comme des êtres "d'esprit" habitant un corps provisoire, nous aidant nous-mêmes ainsi que ceux qui nous sont confiés en utilisant nos facultés subtiles.

Ce faisant, nous constatons à quel point ces facultés sont naturelles et simples.

Le Christ a dit : "Je te loue Père, de ce que tu as caché aux sages et aux savants et que tu as révélé aux tout petits." Les choses sont simples. Ce sont généralement les gens humbles qui possèdent les plus grandes facultés psychiques et spirituelles. Ceux qui compliquent sont prisonniers de leur mental qui leur masque la réalité subtile des choses.

En utilisant les outils de ce livre, nous avons pu constater que nous sommes parvenus à ressentir diverses énergies, à percevoir certaines présences de près ou à distance et à les enlever, à capter certaines informations spirituelles importantes pour les personnes qui nous entourent, à nettoyer des charges négatives, etc.

Poursuivons notre déploiement à notre rythme : il s'agit d'un chemin aux multiples niveaux et non d'un cap unique à franchir. Revenons si nécessaire sur tel ou tel passage du livre pour ne pas nous écarter de notre démarche par une globalisation simplificatrice qui ne nous aiderait pas à évoluer concrètement vers des ressentis authentiques et croissants.

Toutes ces clés sont nécessaires pour passer à un niveau supérieur autant que pour un accomplissement de soi, ainsi que pour aider et guider les autres vers le chemin menant aux plans de "Lumière".

Lorsque nous développons nos potentiels psychiques et spirituels, nous recevons la confirmation que nous sommes sur la bonne voie puisque "nous grandissons intérieurement", autant dans nos ressentis que dans nos perceptions, ce qui auparavant était pour nous hors de notre champ de conscience.

Cela signifie que nous nous sommes affinés et que nous avons donc évolué, ce qui est prometteur. C'est en agissant dans le bon sens des choses, dans une démarche authentique, que nous aidons un plus grand nombre de personnes.

Le fait d'éveiller nos facultés spirituelles, de nous en servir pour aider et en faire profiter les autres, nous met en conformité avec ce qui nous

est demandé, permettant d'établir un contact plus étroit avec les plans de "Lumière" et particulièrement avec nos guides spirituels.

Nous avançons ainsi sur le chemin de l'élévation spirituelle, vers une ouverture toujours plus grande de nos facultés, voire de notre mission spirituelle sur Terre.

Bibliographie

Babonneau Bernard, *Traité de géobiologie*, L'Aire.

Bardo Thödol, *Livre des morts tibétain*, Librairie d'Amérique et d'Orient.

Bonvin Jacques, *Église romane lieux d'énergie*, Dervy.

Bourgine Jérôme, *Le Voyage astral*, Le Rocher.

Brennan Barbara Ann, *Le Pouvoir bénéfique des mains*, Tchou.

Bruce Robert, *Astral Dynamics*, Hampton Roads Publishing Company.

Buhlman William, *Voyage au-delà du corps*, L'art de s'apprivoiser.

Casland Eugène, *L'Aura humaine*, J.M.G.

Charbonier Jean-Jacques, *La médecine face à l'au-delà,* Guy Trédaniel éditeur

Chaumery & De Belizal André, *Essai de radiesthésie vibratoire*, Desforges.

Chevalier Jean, *Dictionnaire des symboles*, Robert Laffont.

Davy Marie-Madeleine, *L'Homme intérieur et ses métamorphoses*, Desclée de Brouwer.

Davy Marie-Madeleine, *Un itinéraire : à la découverte de l'intériorité*, Desclée de Brouwer.

De Belizal A. & Morel P.A., *Physique micro-vibratoire et forces invisibles*, Desforges.

De Laforest Roger, *Ces maisons qui tuent*, Robert Laffont.

De Laforest Roger, *Présence des invisibles*, Robert Laffont.

Dougherty Ned, *Voie express pour le paradis*, Le Jardin des Livres.

Dürckheim Karlfried Graf, *Dialogue sur le chemin initiatique,* Albin Michel.

Dürckheim Karlfried Graf, *Pratique de l'expérience spirituelle*, Alphée.

Dutheil Brigitte, *L'Univers superlumineux*, Sand.

Dutheil Régis & Brigitte, *La Médecine superlumineuse*, Sand.

Dutheil Régis & Brigitte, *L'Homme superlumineux*, Sand.

Eckhart Tolle, *Le Pouvoir du moment présent*, Ariane.

Eliade Mircea, *Traité des religions*, Payot.
Encausse Philippe, *Dr, Philippe de Lyon thaumaturge et homme de Dieu,* Traditionnelles.
Fiore Edith, *Les Esprits possessifs*, Exergue.
Garnier J.M., *Propriétés energétiques des pierres et des cristaux*, A.C.V.
Gawain Shakti, *Comment développer son intuition ?*, Guy Trédaniel éditeur.
Grof Stanislav, *Quand l'impossible arrive*, Gut Trédaniel éditeur.
Haehl Alfred, *Vie et paroles du maître Philippe*, Dervy.
Iands France (International Association for Near Death Studies), *La Mort transfigurée*, L'Age du Verseau.
Jean de Foye, *Ondes de vie ondes de mort*, Robert Laffont.
Jovanovic Pierre, *Enquête sur l'existence des anges gardiens*, J'ai lu.
Koechlin de Bizemont Dorothée, *L'univers d'Edgar Cayce tome 1, 2 et 3*, Robert Laffont.
Kübler-Ross Elisabeth, *La mort est un nouveau soleil*, Alphée.
Landspurg Adolf, *Sourciers et science traditionnelle*, Guy Trédaniel éditeur.
Legrais B & Altenbach G., *Santé et cosmo-tellurisme*, Dangles.
Marianne Kohler, *La Quête*, Signe de piste.
Misraki Paul, *L'Expérience de l'après vie*, Robert Laffont.
Moine Michel, *Guide de géobiologie*, Christian de Bartillat.
Monroe Robert, *Fantastiques expériences de voyage astral*, Robert Laffont.
Monroe Robert, *Le Voyage hors du corps*, Le Rocher.
Moody Raymond, *La Lumière de l'au-delà*, Robert Laffont.
Moody Raymond, *La Vie après la vie*, J'ai lu.
Moody Raymond, *Lumières nouvelles sur la vie après la vie*, Robert Laffont.
Morse Melvin Dr, *La Divine connexion*, Le jardin des livres.
Odoul Michel, *Dis-moi où tu as mal, je te dirai pourquoi – le lexique*, Albin Michel.
Odoul Michel, *Dis-moi où tu as mal, je te dirai pourquoi*, Albin Michel.

Pigani Erik, *Psi Enquête sur les phénomènes paranormaux*, Presses du Châtelet.
Platon, *La République*, Flammarion.
Réant Raymond et Alain Sotto, *Pouvoirs étranges d'un clairvoyant*, Sand et Tchou.
Réant Raymond, *La Parapsychologie et les vies parallèles*, Editions Raymond Réant.
Réant Raymond, *La Parapsychologie et l'invisible*, Le Rocher.
Réant Raymond, *Nouvelles Expériences de parapsychologie*, Le Rocher.
Réant Raymond, P*arapsychologie pratique pour tous*, Le Rocher.
Réant Raymond, *Pratiquez la parapsychologie*, Le Rocher.
Rocard Yves, *La science et les sourciers*, Dunod.
Sagan Samuel, *L'éveil du 3e œil*, Guy Trédaniel éditeur.
Shakti Gawain, *Techniques de visualisation créatrice*, Le Courrier du Livre.
Sheldrake Rupert, *Sept Expériences qui peuvent changer le monde*, Le Rocher.
Shuré Edouard, *Les Grands Initiés* Perrin.
Spalding Berd, *La vie des Maîtres*, J'ai Lu.
Van Eersel Patrice, *La Source noire*, LGF.
Weil Pierre, *L'Homme sans frontière*, L'Espace Bleu.
Wilson Colin, *L'Occulte tomes 1 et 2*, J'ai lu.
Yram, *Le Médecin de l'âme*, Adyar.
Yram, *L'évolution vers les mondes supérieurs*, Adyar.
Zamperini Roberto, *Thérapie de la maison*, Médicis.

Pour contacter l'auteur :

Tél : 09 79 62 69 71

ou

mail : sergeboutboul@orange.fr

site : sergeboutboul.com

Comment percevoir et agir
sur les mondes subtils qui nous entourent

Comment nous libérer des charges négatives qui nous encombrent ? Comment se relier à la lumière et y rester ? Comment développer nos facultés psychiques et spirituelles ? Comment effectuer un « voyage causal » en toute sécurité et découvrir notre « livre de vie », ressentir avec nos mains physiques l'aura et les chakras, ressentir avec nos mains astrales et agir à distance pour aider les autres ?

Autant de questions auxquelles Serge Boutboul nous apporte des réponses précises et éclairées pour donner à chacun les clés nécessaires à son épanouissement personnel et spirituel. Jamais un ouvrage n'était allé si loin dans la délivrance d'informations et de conseils pratiques, étayés de témoignages, pour développer son ressenti, écouter son intuition et explorer les mondes subtils qui nous entourent.

Fruit d'une longue expérience et d'une recherche constante, l'auteur nous offre un trésor de connaissances accessibles à tous. Ceci afin de se déployer vers des ouvertures qui s'étendent bien au-delà de notre réalité ordinaire. À nous d'en tirer les enseignements pour améliorer notre vie et celle de nos proches.

Nous sommes avant tout
des êtres spirituels venus vivre
une expérience humaine.

SERGE BOUTBOUL fut élève et ami de Raymond Réant, un des plus célèbres clairvoyants français. Il enseigne et diffuse les techniques d'éveil psychique et spirituel depuis plus de quinze ans par le biais de cours, séminaires et conférences qui ont su sensibiliser un vaste public. Il est l'auteur de *Développez vos facultés psychiques et spirituelles*, paru chez le même éditeur.

ISBN 978-2-36188-025-5 23€
9 782361 880255